

食育に関する徳島市民アンケート調査結果

1 市民アンケート調査の概要

(1) 調査目的

徳島市民の食育に対する意識や食生活の実態などについて把握し、今後の食育推進計画や食育推進施策の参考とするため、食育に関する徳島市民アンケート調査を実施しました。

(2) 調査対象

徳島市民 1, 500人 (14歳以下 400人 15歳以上1, 100人)
※令和2年6月15日現在での年齢区分毎に、住民基本台帳より無作為に抽出

(3) 調査時期 令和2年6月22日～7月6日

(4) 調査方法 アンケート調査票を郵送により配布・回収（無記名回答） 調査票は、15歳以上と14歳以下の2種類を用いた。

(5) 主な調査項目

- ◆ 基本的事項について ※性別・年齢など
- ◆ 食育について ※認知度・食事バランスガイドなど
- ◆ 健康について ※メタボリックシンドロームなど
- ◆ 食生活について ※食事・マナー・コミュニケーション・食材など
- ◆ 学校・保育所等における食育について
- ◆ 食文化について ※郷土料理など
- ◆ 地産地消について
- ◆ 農漁業体験について
- ◆ 環境への配慮について ※食べ残し・食品の廃棄など
- ◆ 食育推進に対する意見について

(6) 回収結果

	配布数	回収数	回収率
15歳以上	1,100人	412人	37.4%
14歳以下	400人	197人	49.2%
全体	1,500人	609人	40.6%

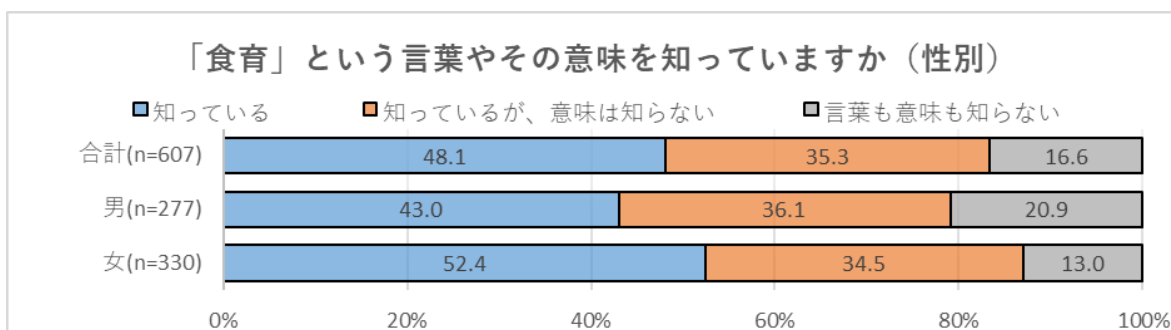
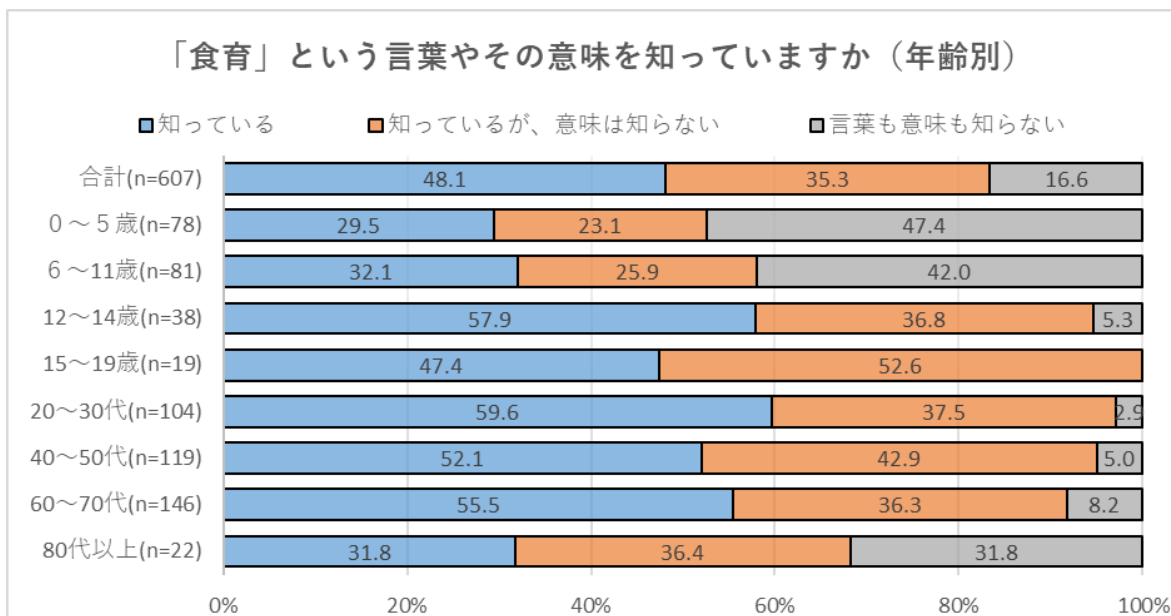
2 市民アンケート調査の結果（抜粋）

(1) 「食育」について

① 「食育」の認知度

「食育」の言葉も意味も知っている市民の割合は、全体で48.1%になっています。前回調査（平成27年6月）では47.2%であり、0.9ポイント高くなっています。

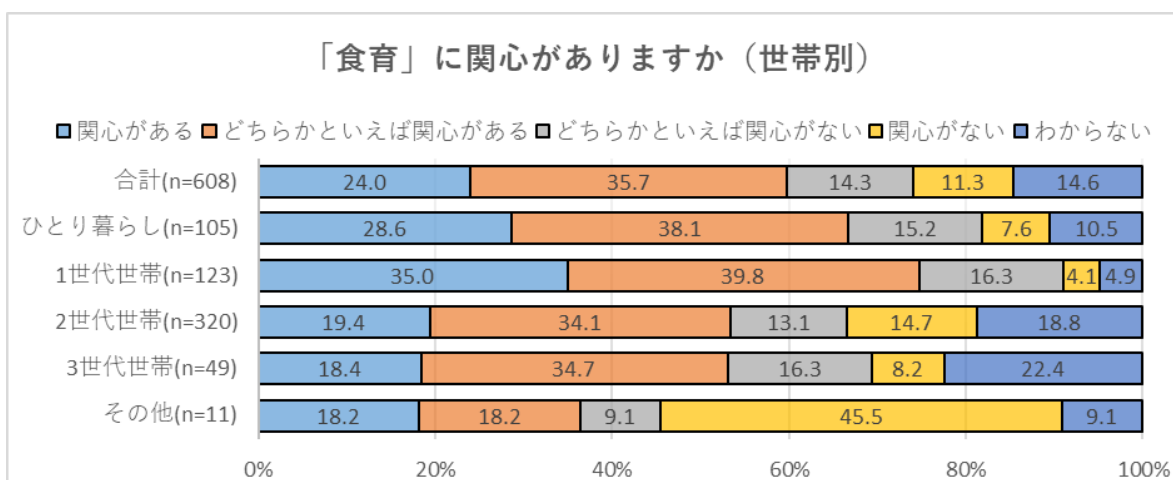
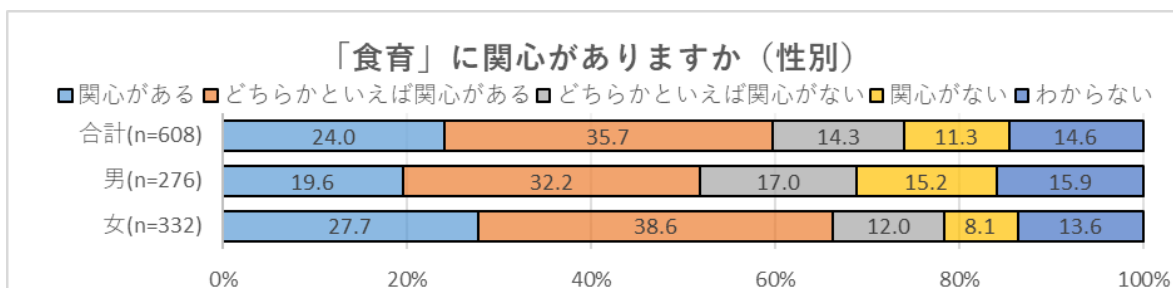
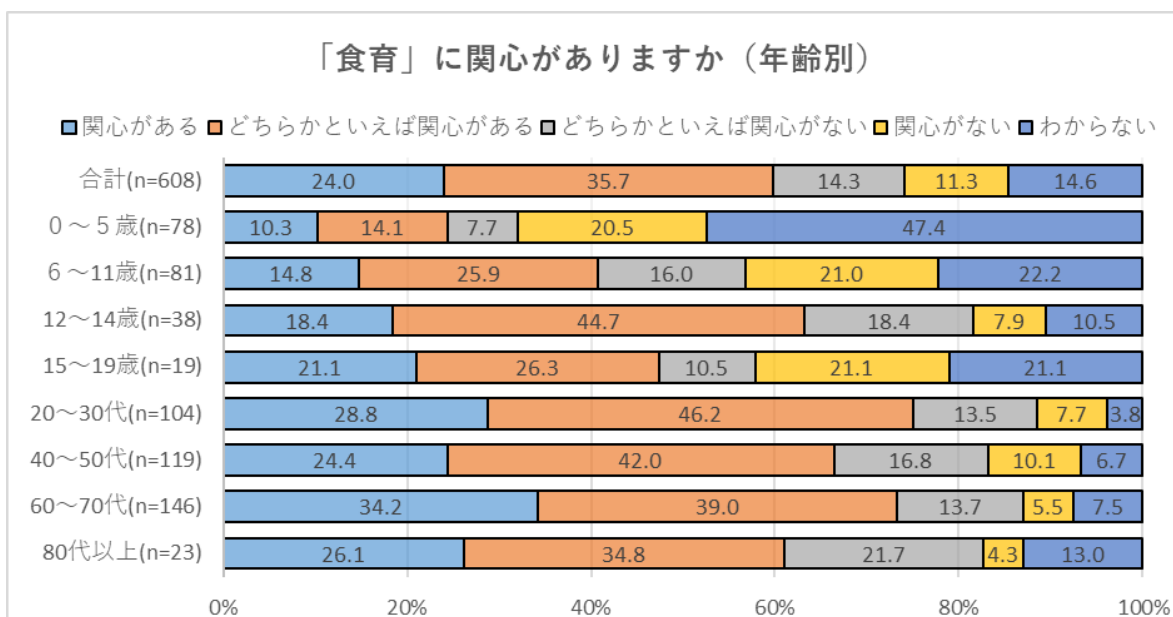
また、性別では女性の認知度が男性より9.4ポイント高くなっています。前回調査より男性は0.6ポイント、女性は2.0ポイント増加しています。



② 「食育」の関心度

食育への関心は、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせると全体で59.7%であり、前回調査より0.9ポイント減少していますが、20～30代、60代以上の「関心がある」割合が増加しています。

性別では認知度の高い女性の方が関心は高くなっており、世帯構成別では1世代世帯（夫婦のみなど）が最も高く、前回と同じ傾向となっています。



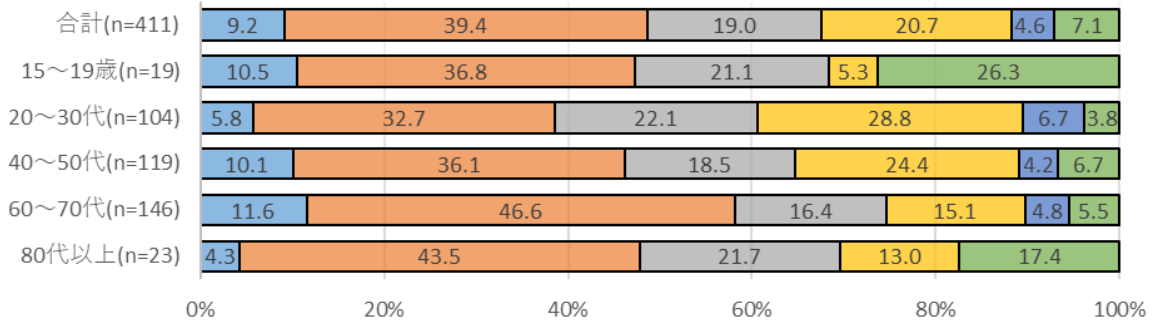
③ 「食育」の実践度

食育の実践では、「積極的にしている」「できるだけするようにしている」を合わせて全体では48.6%と前回より1.3ポイント高くなっており、「積極的にしている」の割合は9.2%で、「食育に関心がある」（24.0%）と比較するとかなり少なくなっていますが、前回より3.3ポイント高くなっています。

また、性別では、女性の方が実践する割合が高いのは前回調査と同様ですが、世代構成別では1世代世帯がやや多くなっています。

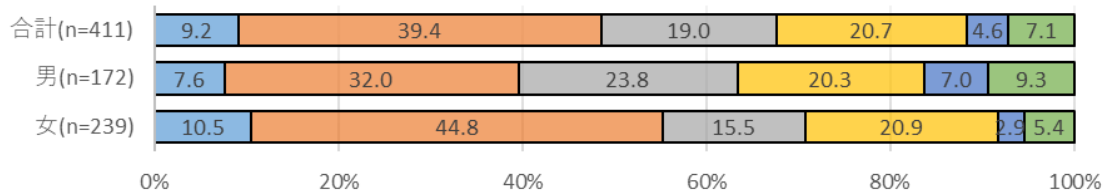
日ごろから「食育」を何らかの形で実践していますか（年齢別）

- 積極的にしている
- できるだけするようにしている
- あまりしていない
- したいと思っているが、実際にはしていない
- したいは思わないし、していない
- わからない



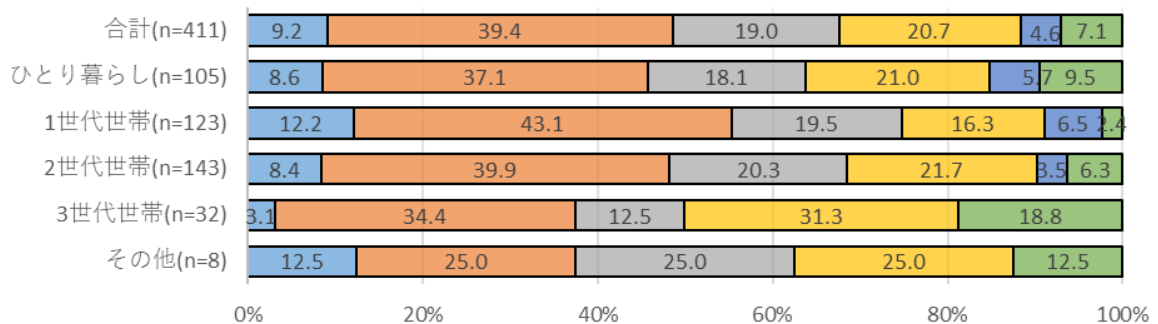
日ごろから「食育」を何らかの形で実践していますか（性別）

- 積極的にしている
- できるだけするようにしている
- あまりしていない
- したいと思っているが、実際にはしていない
- したいは思わないし、していない
- わからない



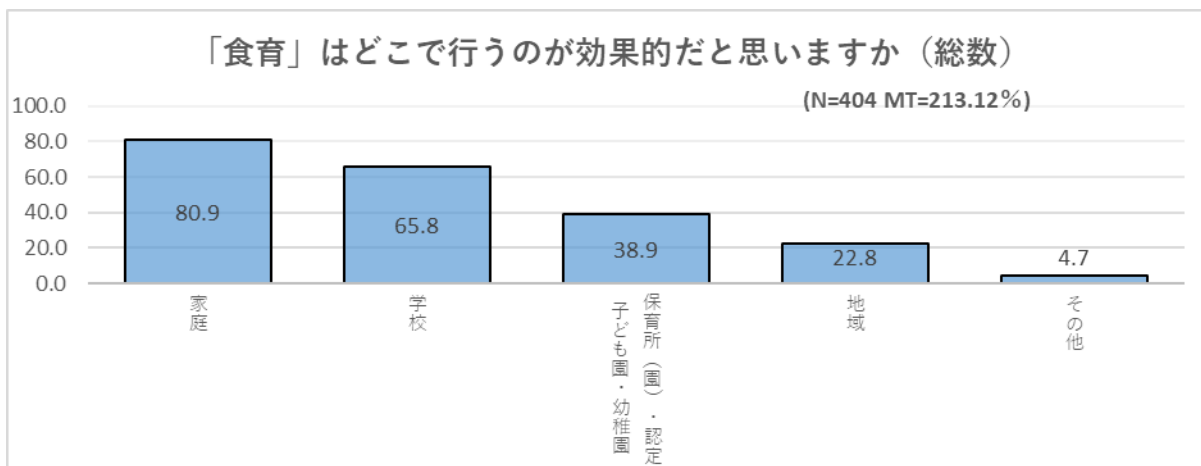
日ごろから「食育」を何らかの形で実践していますか（世帯別）

- 積極的にしている
- できるだけするようにしている
- あまりしていない
- したいと思っているが、実際にはしていない
- したいは思わないし、していない
- わからない



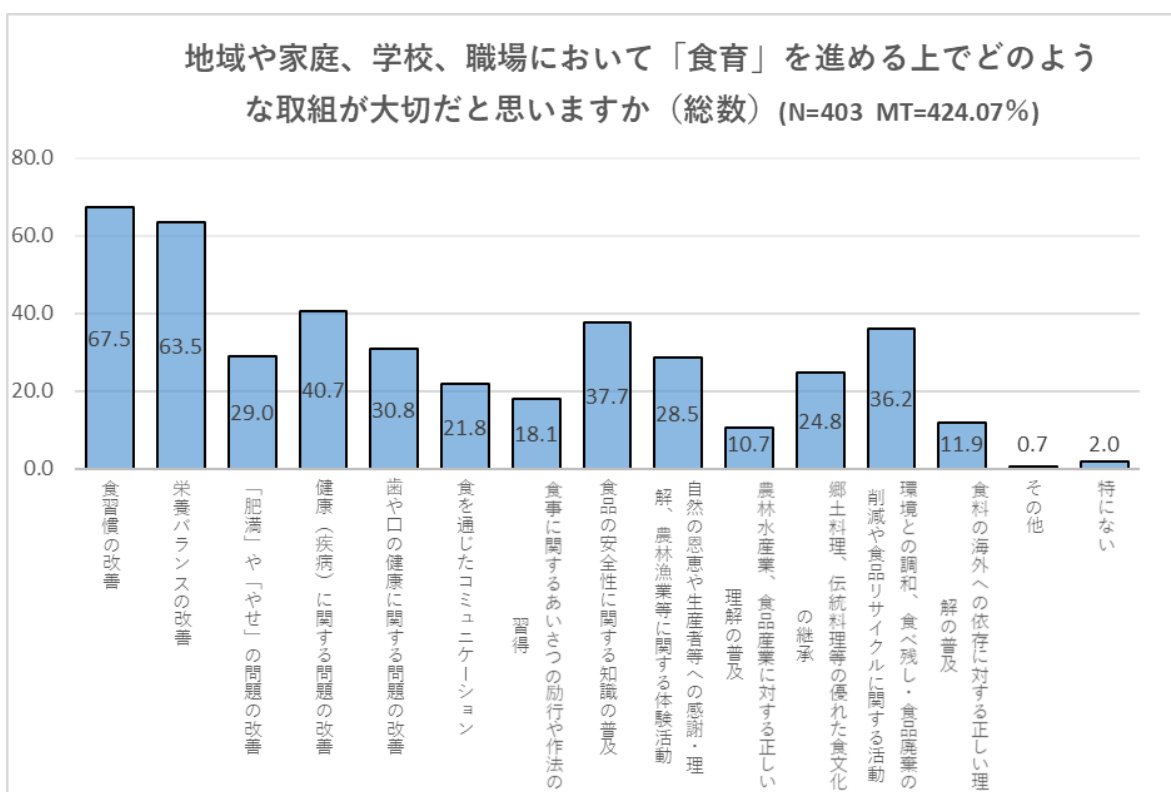
④ 「食育」を効果的に行う場所

食育を効果的に行うのは、「家庭」と回答した市民が80.9%と最も多く、次いで「学校」「保育所（園）・幼稚園」などの教育機関となっており、前回調査と同じ傾向ですが、「家庭」「学校」「保育所（園）・幼稚園」と回答した割合はいずれも減少しています。



⑤ 地域や家庭、学校、職場における「食育」を進める上での大切な取組み

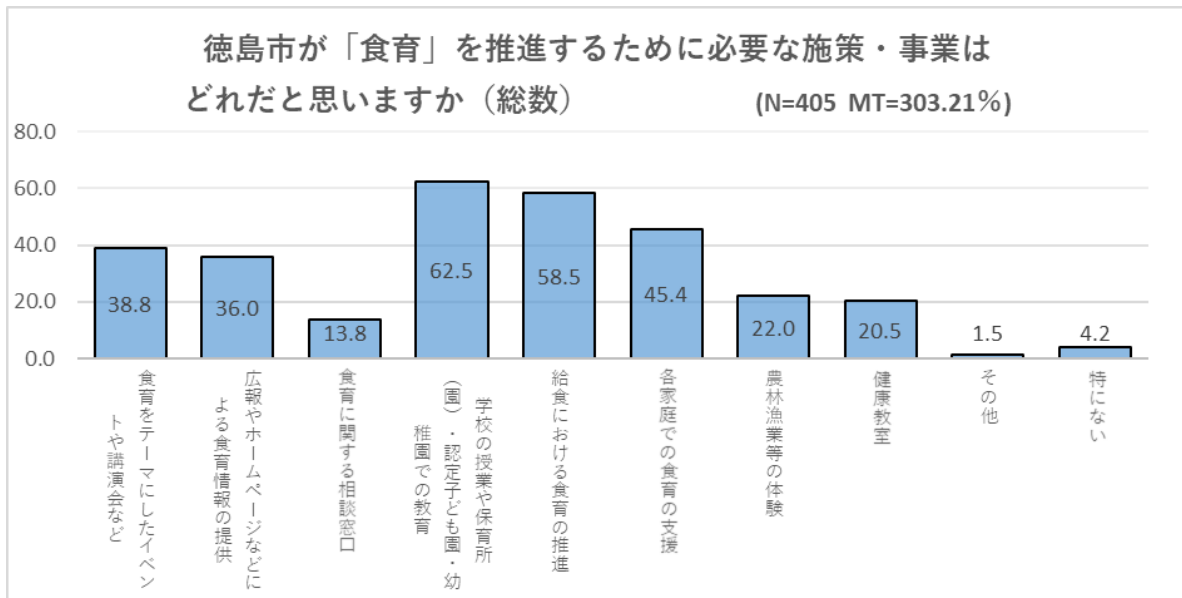
「食育」を進める上での大切な取組みでは、「食習慣の改善」「栄養バランスの改善」が多く、概ね前回の調査と同傾向ですが、「食品の安全性に関する知識の普及」が減少し、「健康(疾病)に関する問題の改善」「環境との調和、食べ残し・食品廃棄の削減や食品リサイクルに関する活動」を回答した市民が増加しています。



⑥ 徳島市が「食育」を推進するために必要な施策・事業

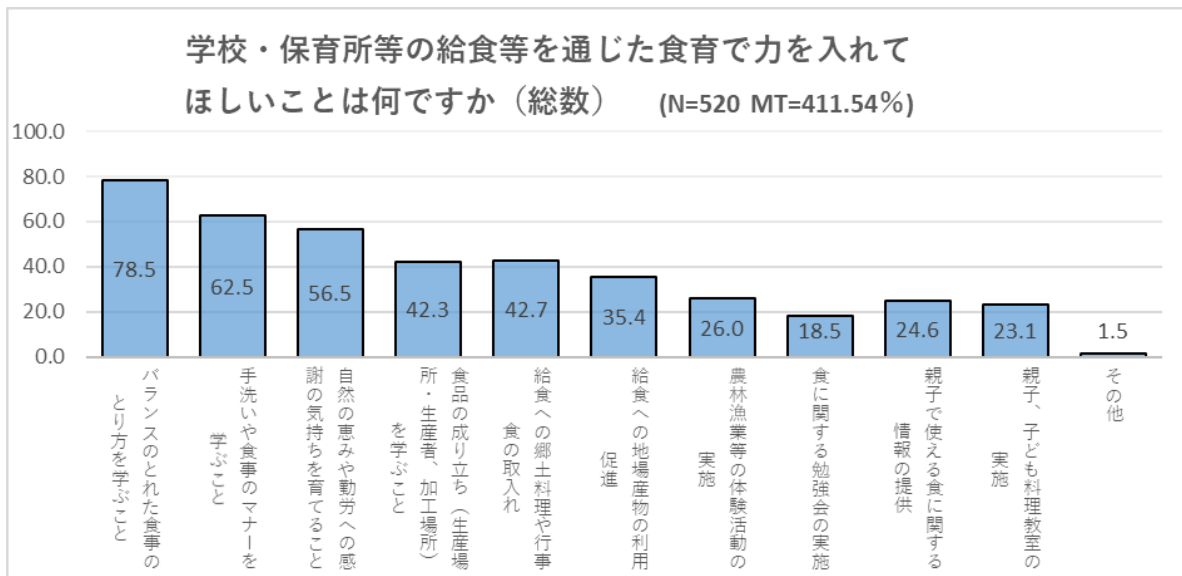
回答の傾向は前回調査と同じですが、食育推進のための徳島市への期待では、「学校の授業や保育所(園)・幼稚園での教育」「給食における食育の推進」が多くなっています。

食育を効果的に行う場所としては、「家庭」(80.9%)と回答した市民が最も多かったですが、施策・事業としては「各家庭での食育の支援」は3番目になっています。



⑦ 学校・保育所等での教育・給食を通じた食育で力を入れて欲しいこと

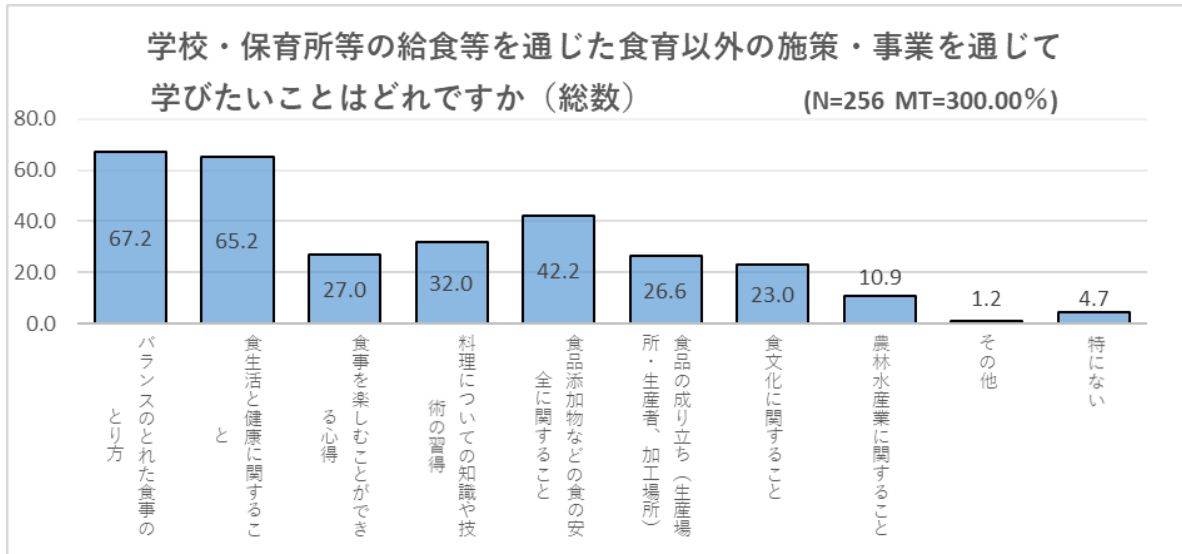
学校・保育所等での教育・給食を通じた食育で力を入れて欲しいことでは、「バランスの取れた食事のとり方を学ぶこと」「手洗いや食事のマナーを学ぶこと」「自然の恵みや勤労への感謝の気持ちを育てること」を挙げた市民が多く、前回と同じ傾向になっています。



⑧ 学校・保育所等での教育・給食を通じた食育以外の施策・事業を通して学びたいこと

学びたいことは、前回調査と同様に「バランスの取れた食事のとり方」（67.2%）「食生活と健康に関すること」（65.2%）と回答した市民の割合が高くなっています。

また、前回調査に比べ、「食品の成り立ち（生産場所・生産者、加工場所）」は6.1ポイント、「食文化に関すること」は5.2ポイント増加しています。

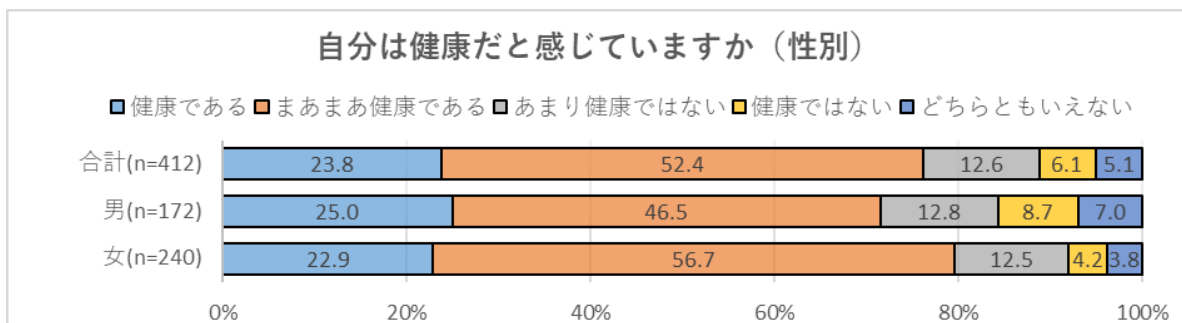
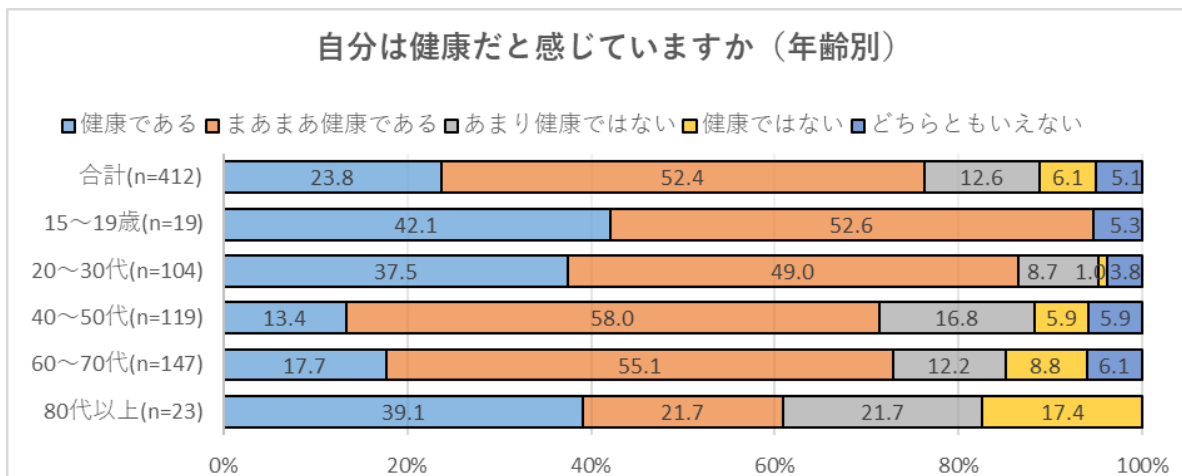


(2) 健康について

① 自分の健康

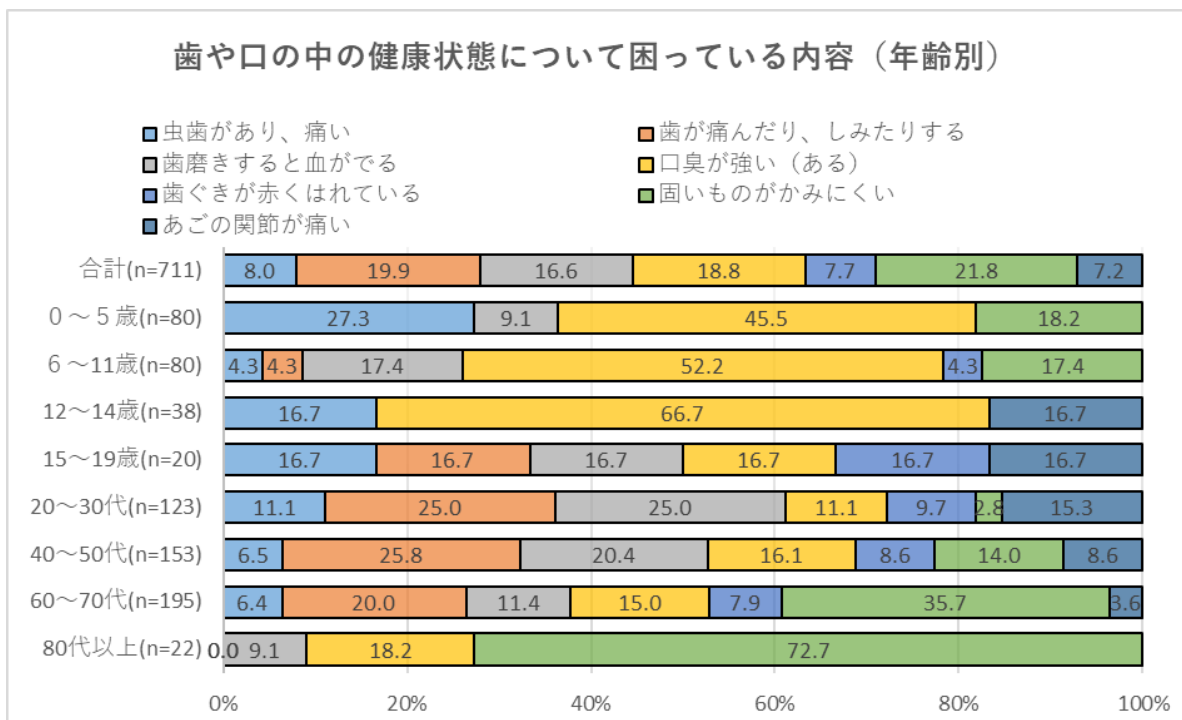
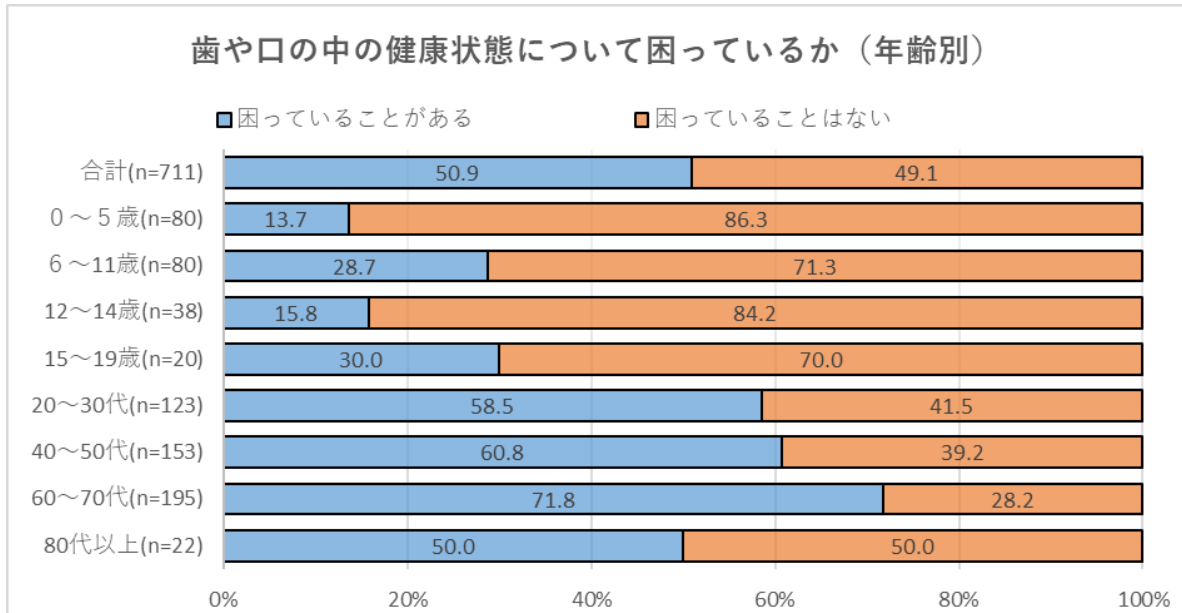
「健康である」と回答した市民の割合は、40～50代が最も少なくなっており、働き盛りの人が健康に対して課題を抱えていると考えられます。

性別では、女性より男性の方が「健康である」「まあまあ健康である」と感じている市民が少なくなっています。



② 歯や口の中の健康

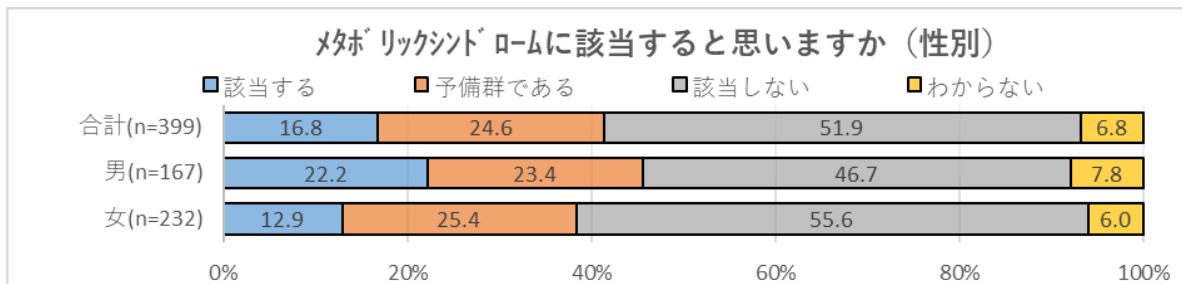
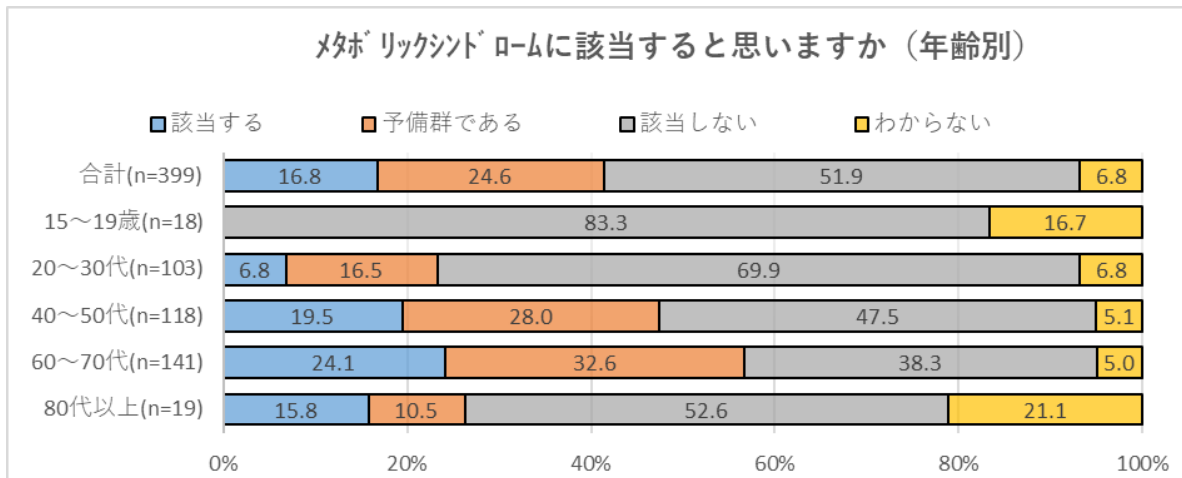
歯や口の中の健康状態では、「困っていることはない」と回答した割合は19歳以下では半数以下ですが、20代からは急速に増加し、半数以上が何らかのトラブルを抱えています。困っていることの内容では、14歳以下では「口臭が強い（ある）」が多く、15歳以上では、「歯が痛んだりしんだりする」「固いものがかみにくい」などの割合が高くなっています。



③ 自分はメタボリックシンドロームに該当するか

自分自身がメタボリックシンドロームかどうかでは、「該当する」は20～30代から60～70代まで順に多くなっており、「予備軍である」を含めても同傾向となっています。

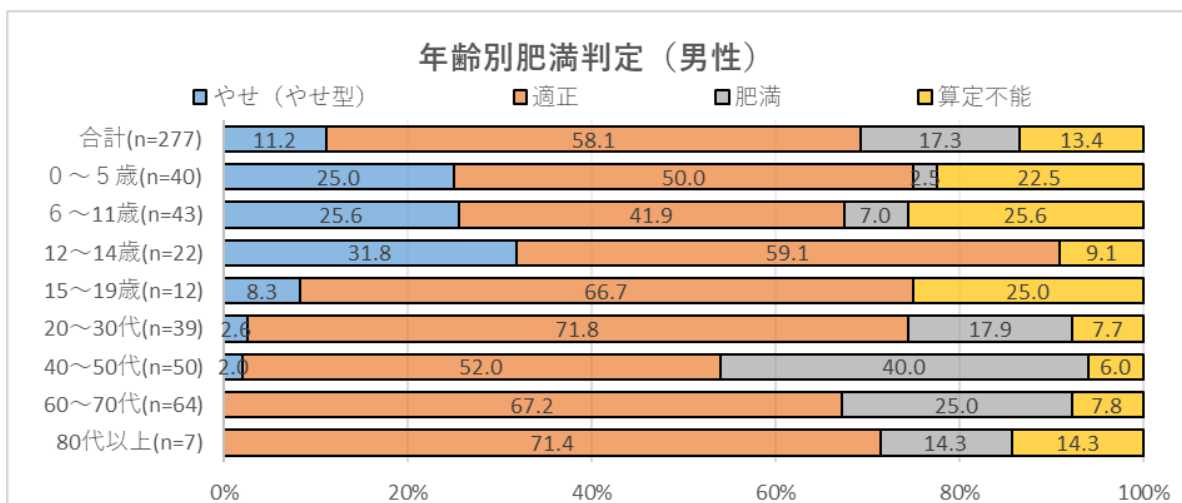
性別では前回調査と同様に男性が多くなっていますが、「該当する」が男性では6.7ポイント、女性では6.1ポイント増加しています。

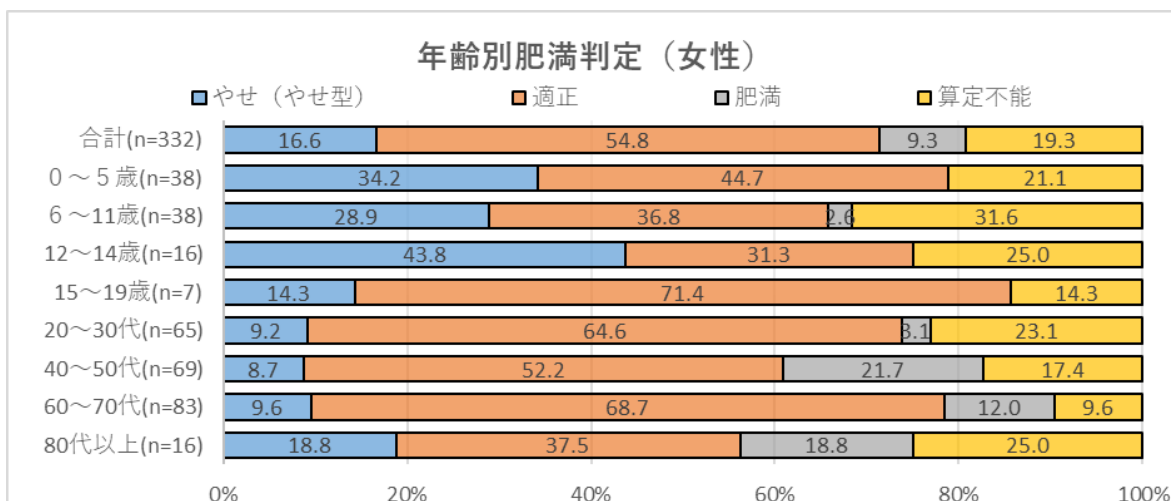


④ 肥満度

「肥満（太り気味）」の割合は、全体では男性が17.3%、女性が9.3%となっています。最も多いのは40～50代で、男性が40.0%、女性が21.7%となっています。一方、「やせ（やせ気味）」の割合は、回答数が少ないのですが、男性・女性とも12～14歳が多くなっています。

前回の調査と比べ、「やせ（やせ気味）」の割合は、全体では男女とも多くなっています。また、男性の12～14歳は、大きく減少しましたが、女性の12～14歳は大きく増加しています。





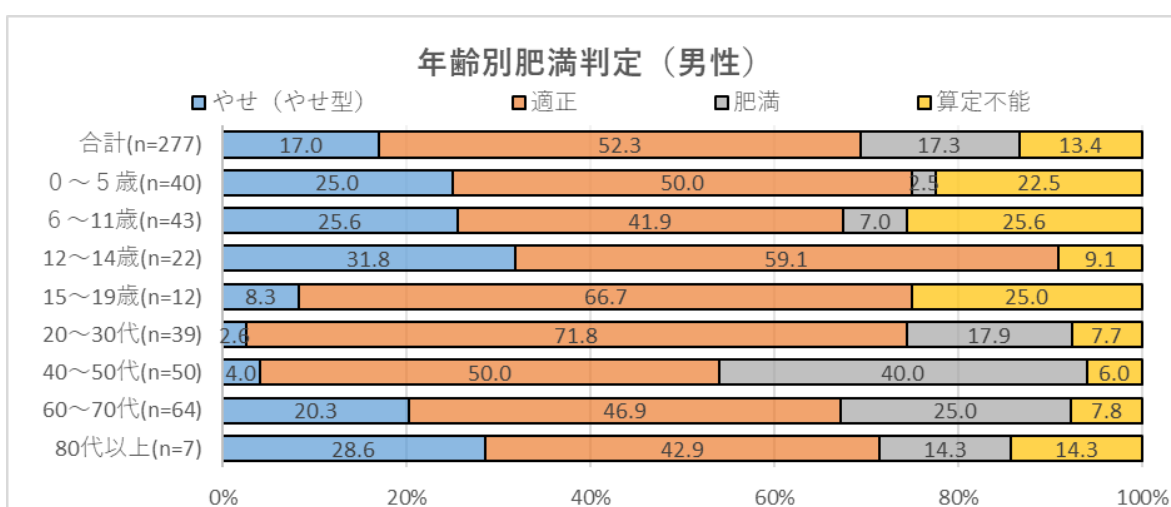
年代別体格指数と肥満判定基準

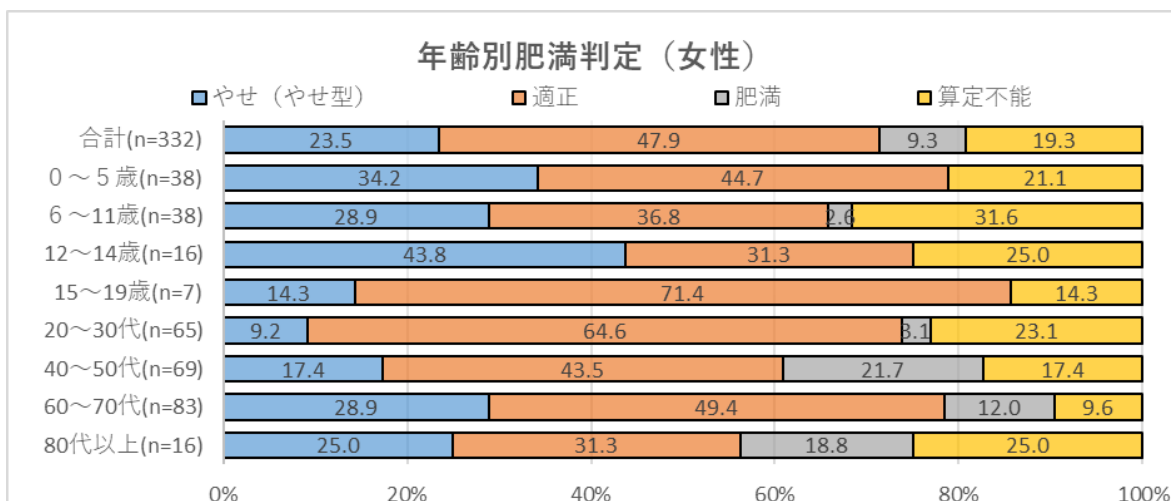
体格指数	計算式	判定基準	やせ(やせ気味)	適正・標準	肥満(太り気味)
カウプ指数	体重(kg) / 身長(cm) ² × 10 ⁴	幼児(2歳以下)	15未満	15～18未満	18以上
		幼児(3歳以上)	14.5未満	14.5～18未満	18以上
ローレル指数	体重(kg) / 身長(cm) ³ × 10 ⁷	小学生	120未満	120～160未満	160以上
BMI	体重(kg) / 身長(m) ²	中学生以上	18.5未満	18.5～25未満	25以上

※ 経年変化を見るため第2期計画と同じ基準としています。

参考) 日本人の食事摂取基準(2020年版)目標とするBMIの範囲(18歳以上)を使用した肥満度
2020年から18歳以上の目標とするBMIの範囲が次のとおり変更されました。参考と
して新しい基準による肥満度判定についても検討しました。

年齢(歳)	目標とするBMI範囲(kg/m ²)
18～49	18.5～24.9
50～64	20.0～24.9
65以上	21.5～24.9



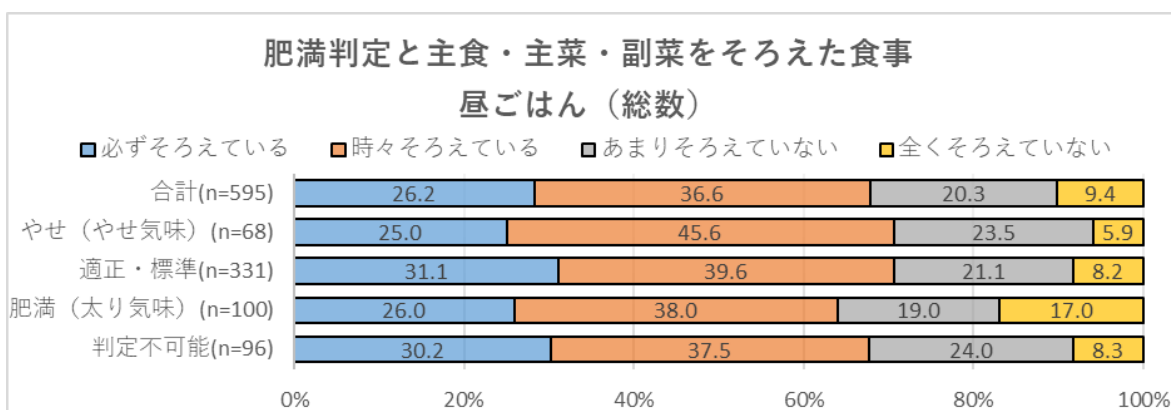
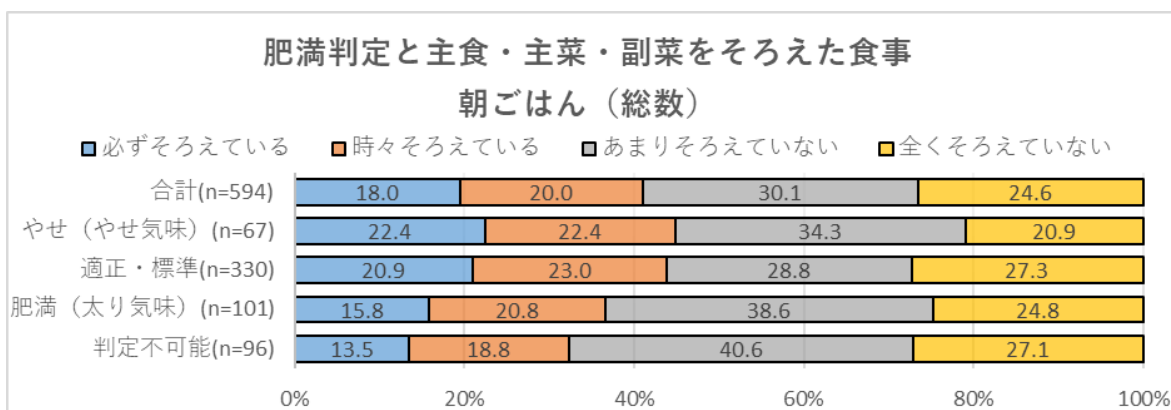


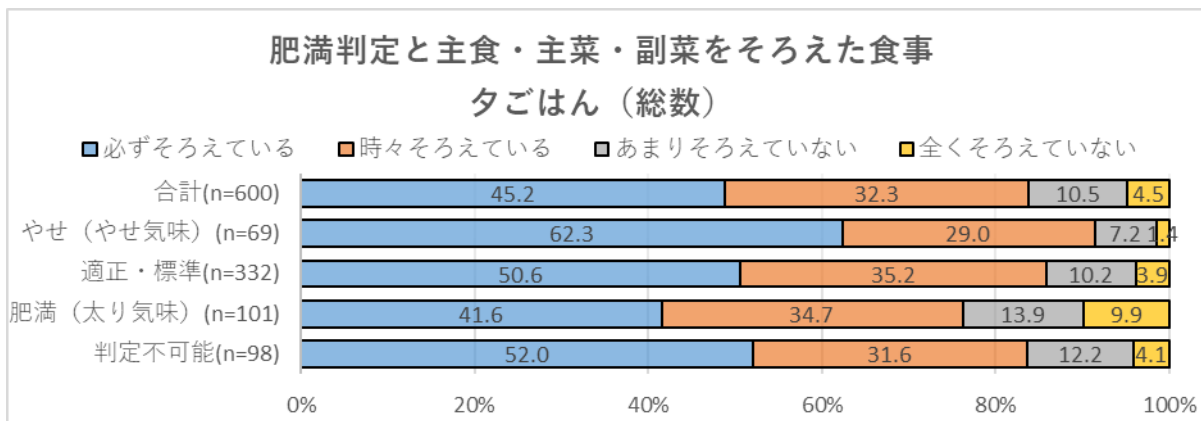
⑤ 肥満判定と主食・主菜・副菜をそろえた食事

体重は食事と深い関係があるため、肥満判定別に主食・主菜・副菜をそろえた食事をどの程度しているか検討しました。

肥満（太り気味）の市民は、朝・夕ごはんにおいて「主食・主菜・副菜をそろえた食事」を「必ずそろえている」割合が低くなっています。

また、判定に関わらず、朝ごはん、昼ごはん、夕ごはん順に「必ずそろえている」割合が高くなっています。

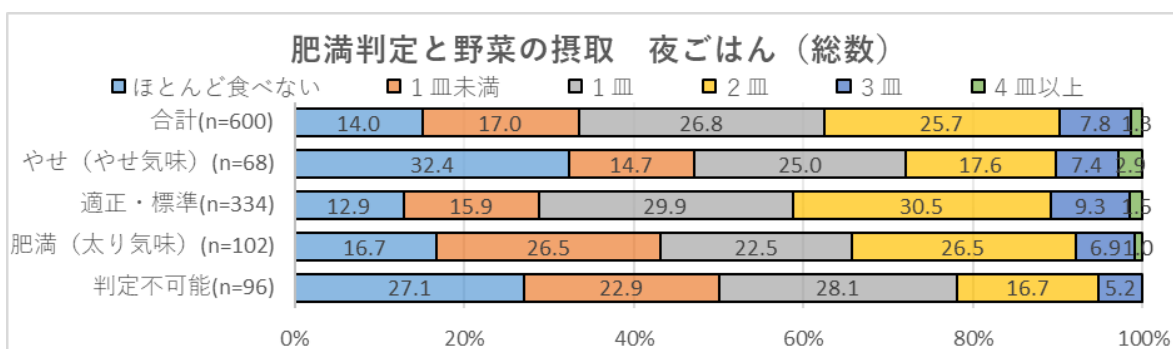
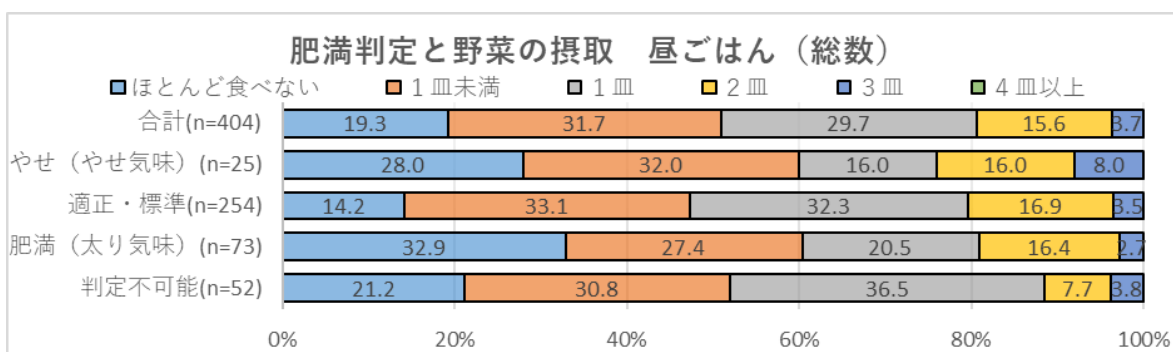
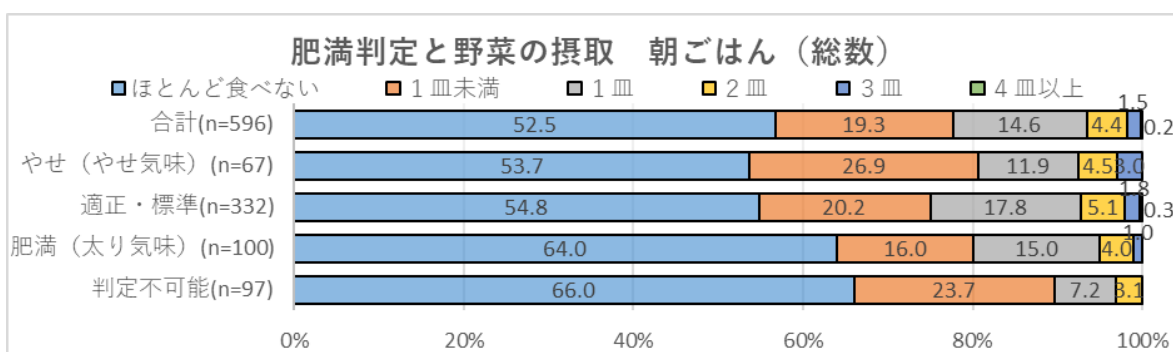




⑥ 肥満判定と野菜の摂取

朝ごはんは、やせ（やせ気味）の市民は、野菜を「ほとんど食べない」割合が53.7%と低くなっています。

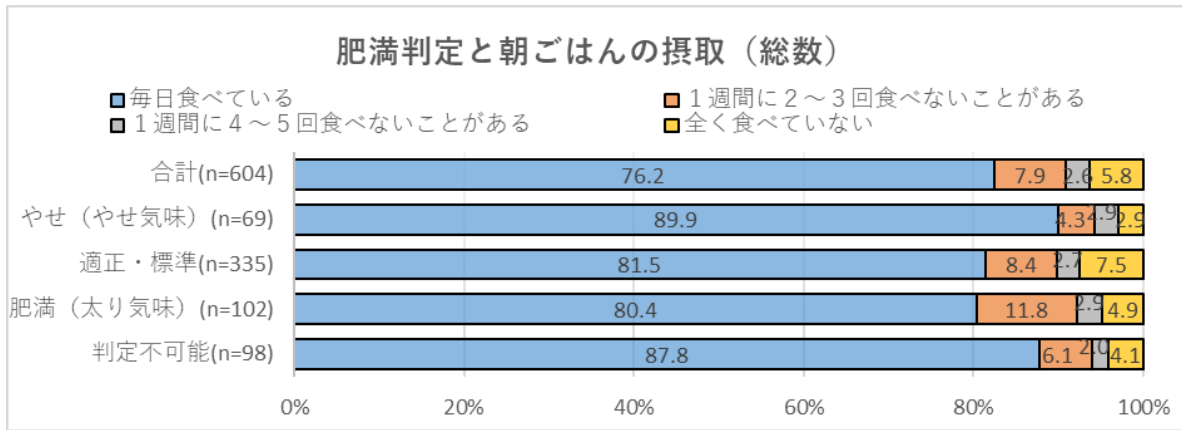
また、1皿以上野菜を摂取する市民の割合は主食・主菜・副菜を揃えた食事と同様に、朝ごはん、昼ごはん、夕ごはんと同様に順に摂取する割合が高くなっています。



⑦ 肥満判定と朝ごはんの摂取

肥満判定と朝ごはんの摂取状況では、全体の76.2%の市民が朝ごはんを毎日摂取しているが、23.8%の者は欠食している状況があります。

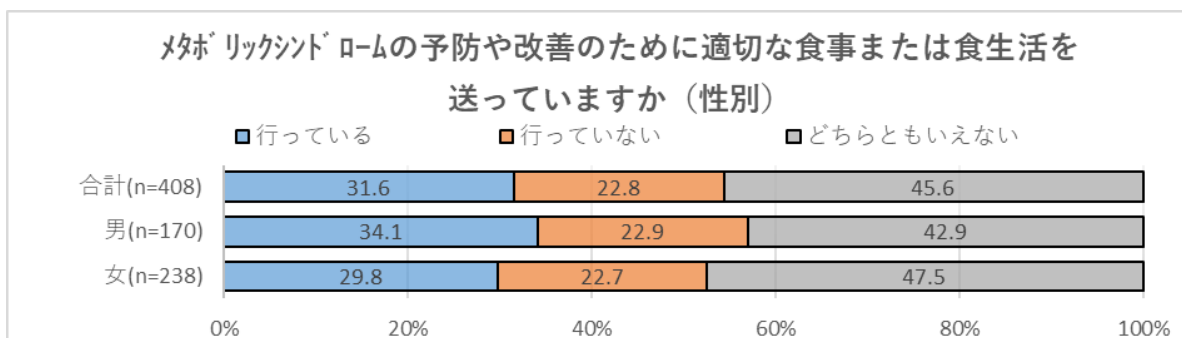
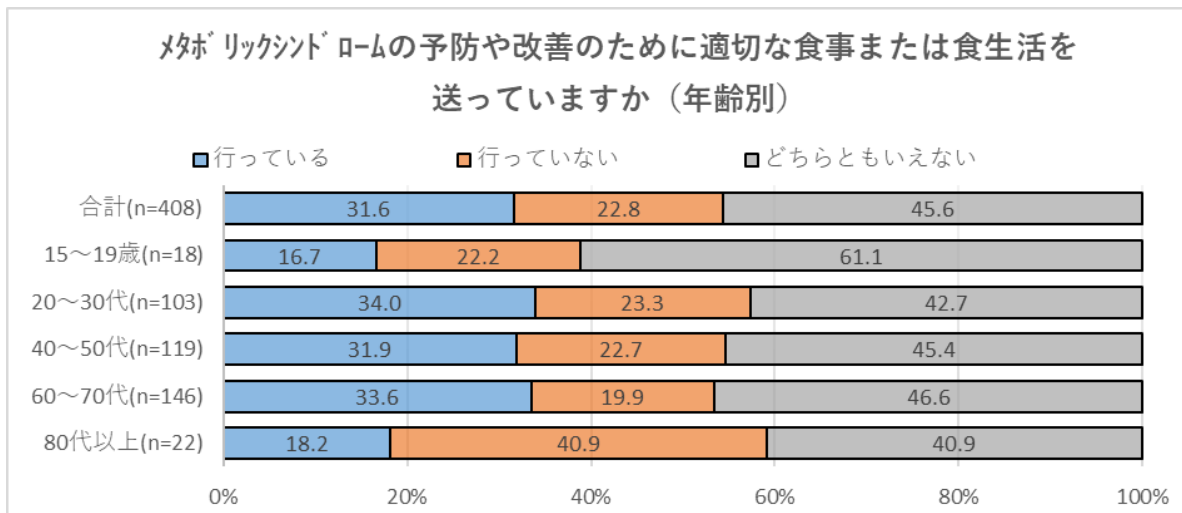
やせ（やせ気味）の市民は欠食をする割合が低く、欠食率が標準・適正体重の者より8.4ポイント低くなっています。



⑧ メタリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のための適切な食事や食生活

メタリックシンドロームの予防改善のために適切な食事や食生活を「行っている」市民の割合は20～70代までほとんど差がありません。全体では「行っている」は前回調査とほとんど同じですが、「行っていない」が4.7ポイント減少しました。

男女別では前回調査と異なり、男性が高くなっています。



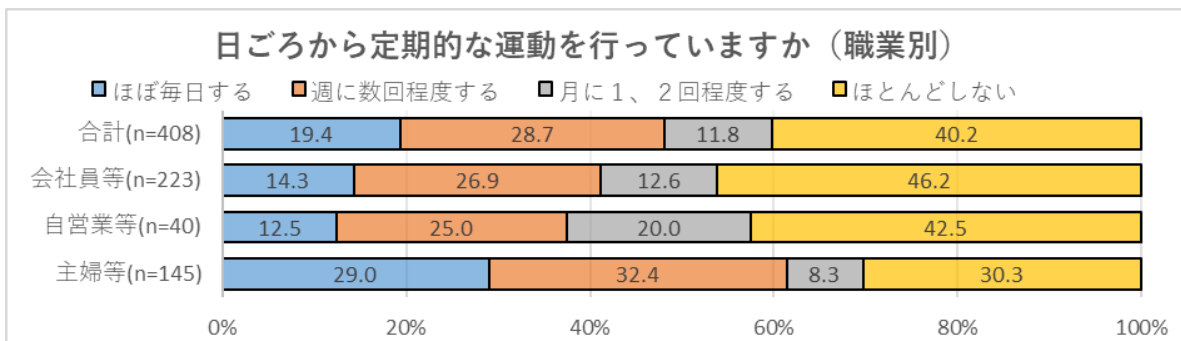
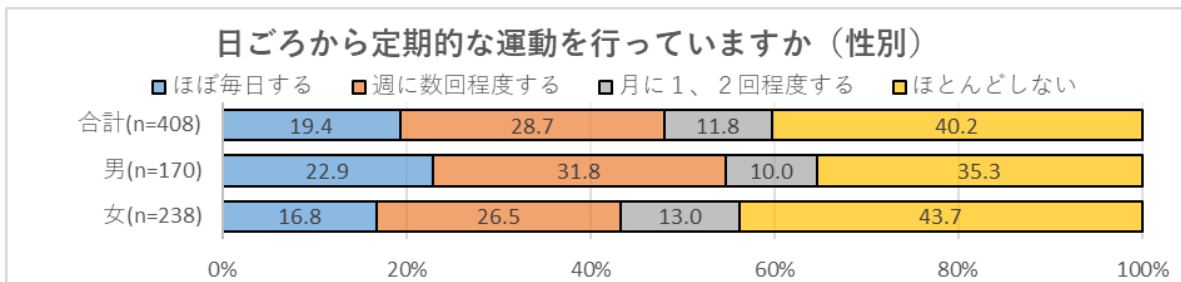
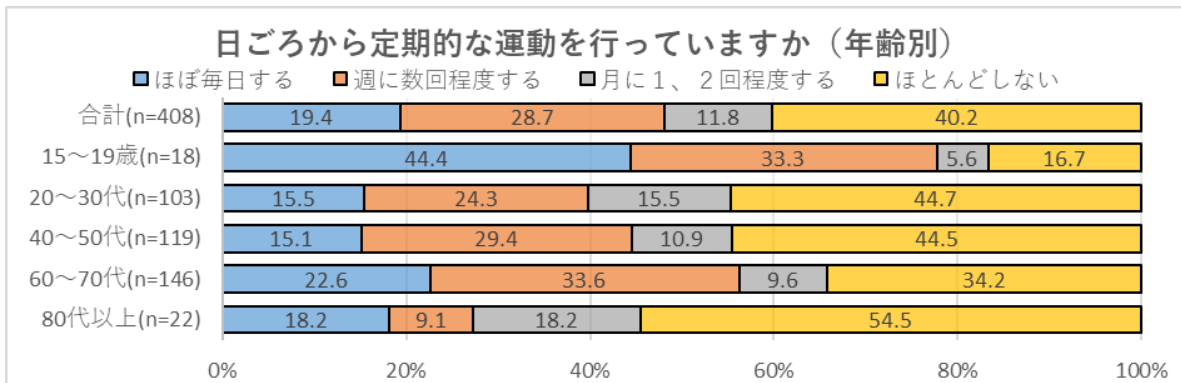
⑨ 定期的な運動

メタボリックシンドロームの予防のもう一つの対策は運動です。

定期的な運動の実施状況では、15～19歳を除き「ほぼ毎日する」「週に数回程度する」を合わせると、60～70代まで徐々に割合が高くなっています。

性別では、男性の方がやや実施頻度が高くなっており、「ほとんどしない」市民の割合は女性が8.4ポイント高くなっています。

職業別では、「ほとんどしない」市民の割合は会社員等（会社員、公務員、パート・アルバイト）が最も高くなっています。また、「ほぼ毎日する」市民の割合は自営業等（自営業、農林水産業）が12.5%と最も低く、最も高い主婦等（主婦（夫）、学生、無職、その他）より16.5ポイント低くなっています。



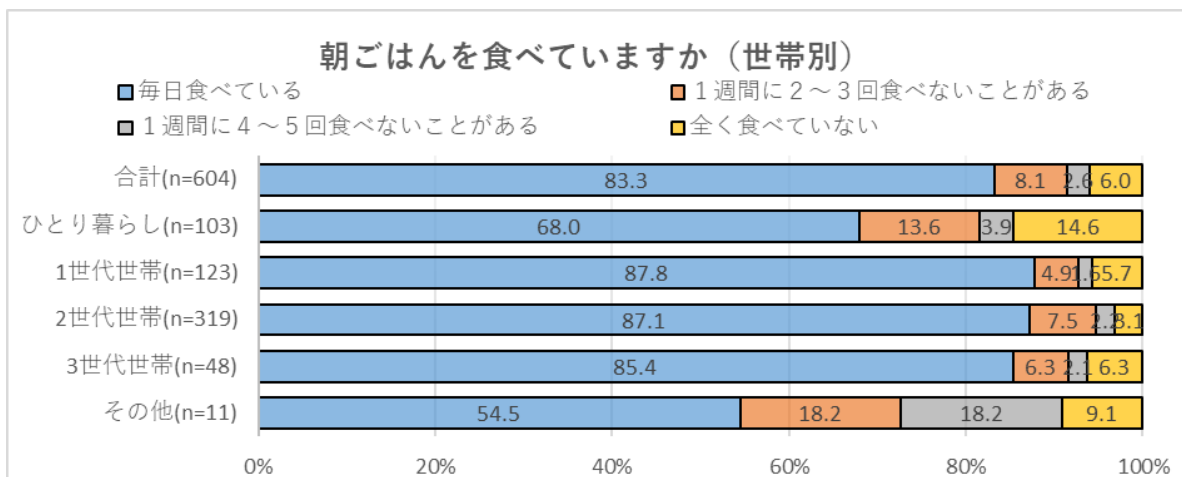
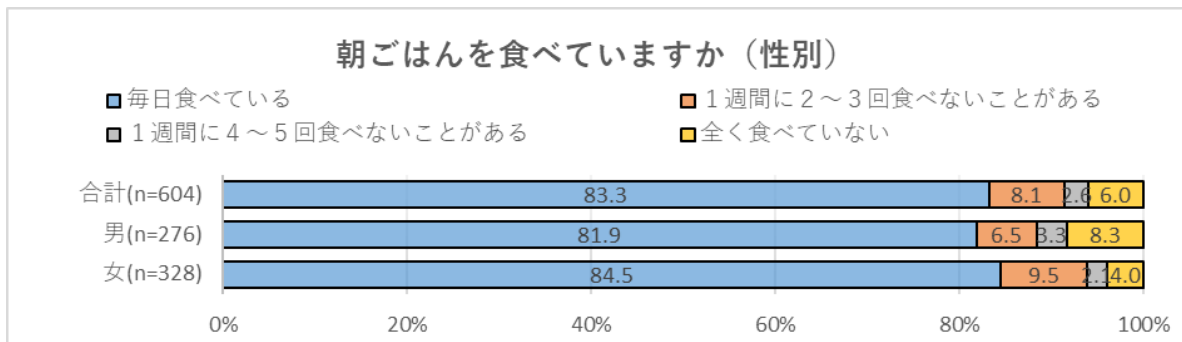
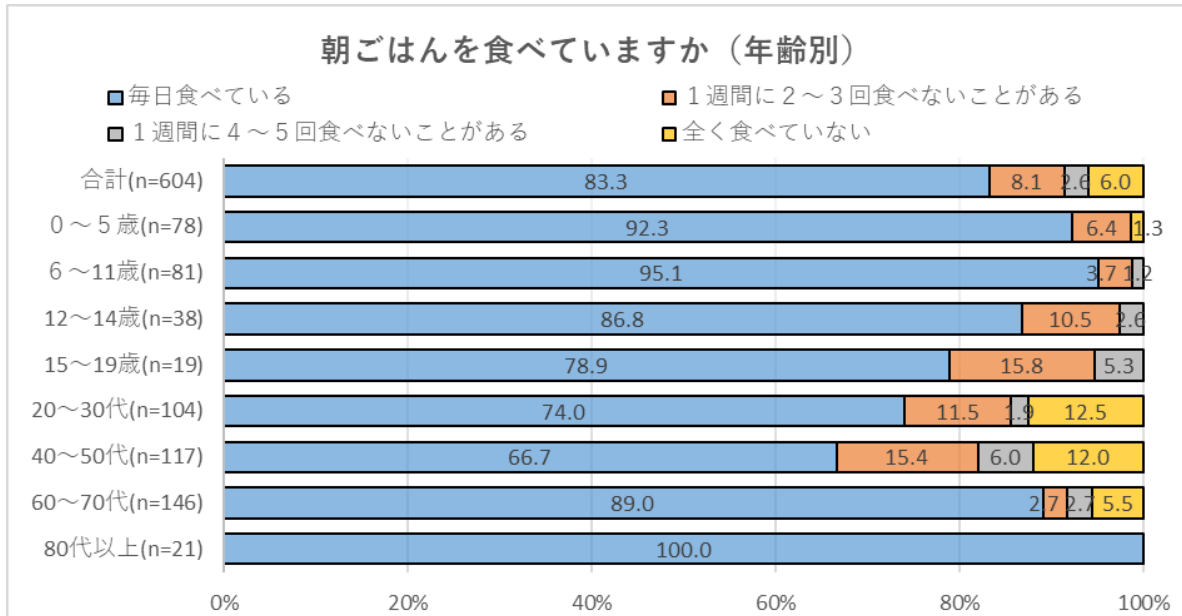
(3) 食生活について

① 朝ごはんの摂取状況

朝ごはんの摂取状況では、全体で83.3%の市民が毎日食べていますが、16.7%の市民に欠食がみられます。0～5歳を除き、40～50代まで徐々に欠食率が高くなります。

また、前回調査と比較すると朝ごはんを「毎日食べている」市民の割合は、全体では2.1ポイント増加しており、特に20～30代は前回より大きく増加しています。

性別においては、欠食する市民の割合は男性の方が多くなっています。
世帯構成別では、ひとり暮らしが欠食する市民が多くなっています。

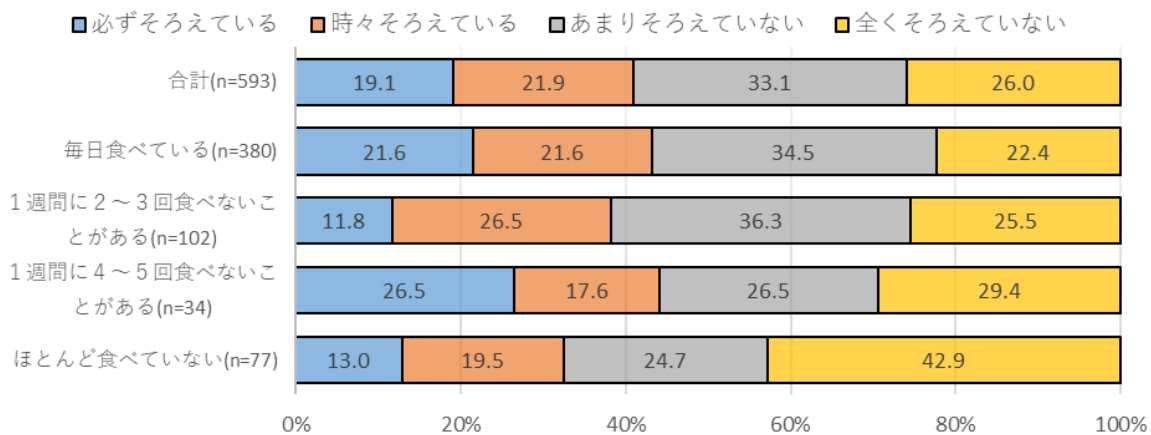


② 朝ごはんの摂取と主食・主菜・副菜を揃えた食事

主食・主菜・副菜を揃えた食事は、朝ごはん、昼ごはん、夕ごはんの順に多くなっています。
どの食事区分でも朝ごはんを「ほとんど食べていない」と回答した市民は、主食・主菜・副菜を揃えていない食事の割合が高くなっています。

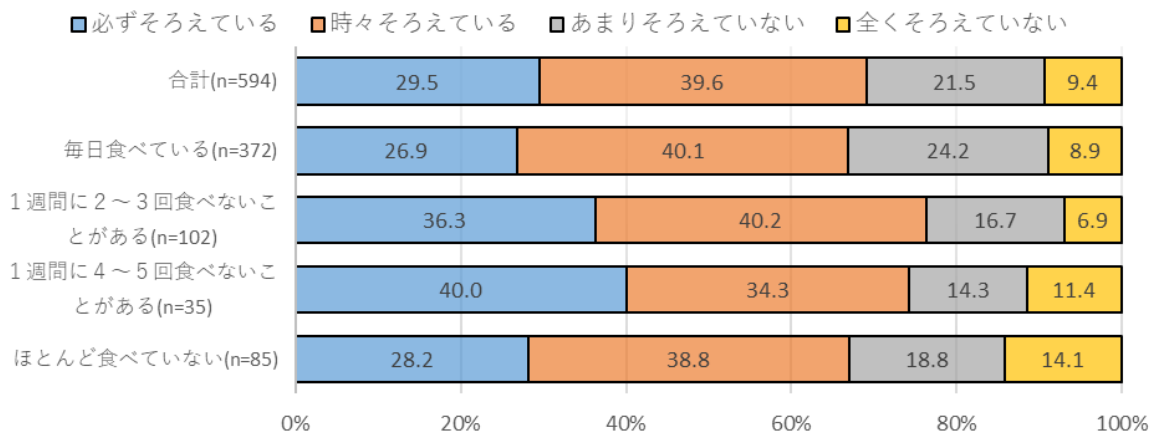
朝ごはんの摂取と主食・主菜・副菜をそろえた食事

朝ごはん（総数）



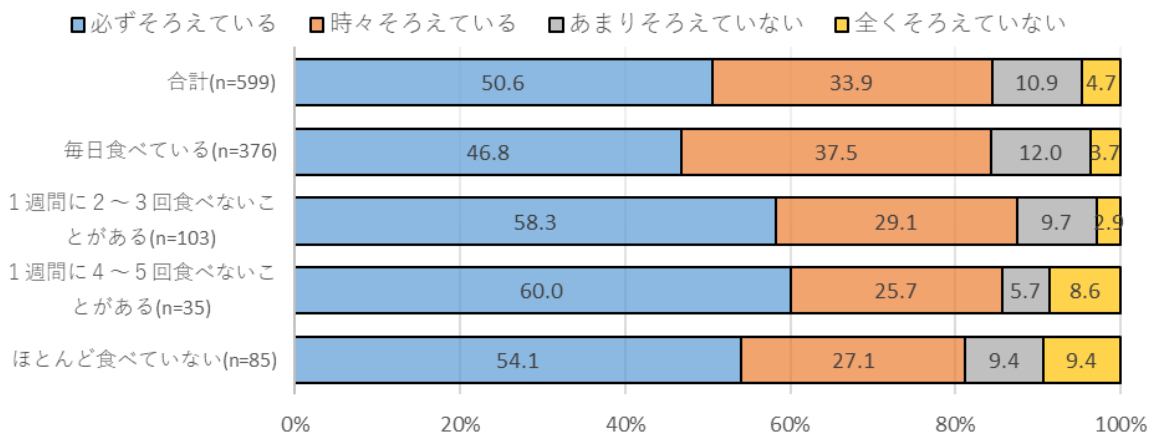
朝ごはんの摂取と主食・主菜・副菜をそろえた食事

昼ごはん（総数）



朝ごはんの摂取と主食・主菜・副菜をそろえた食事

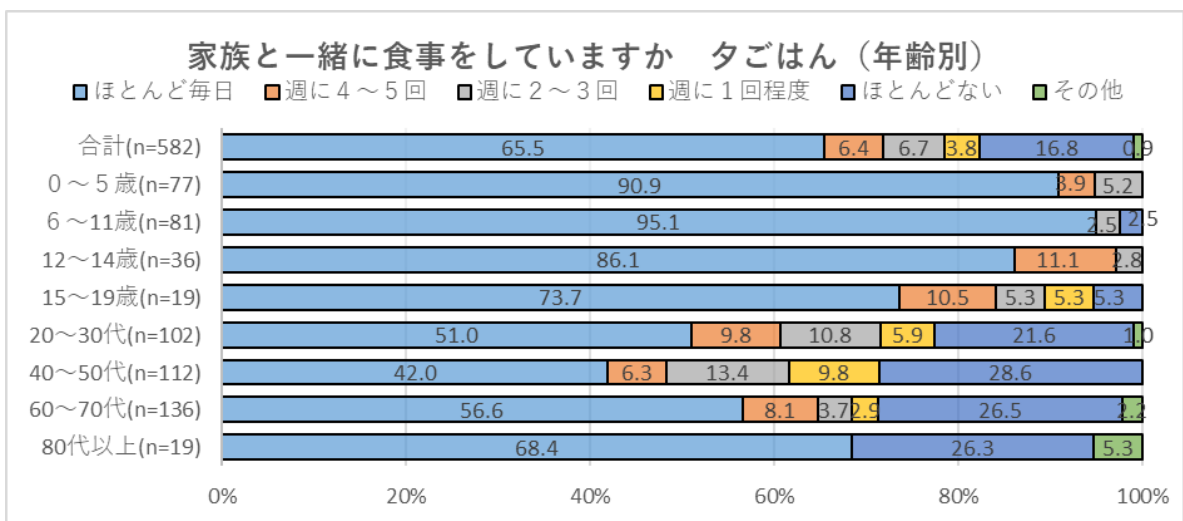
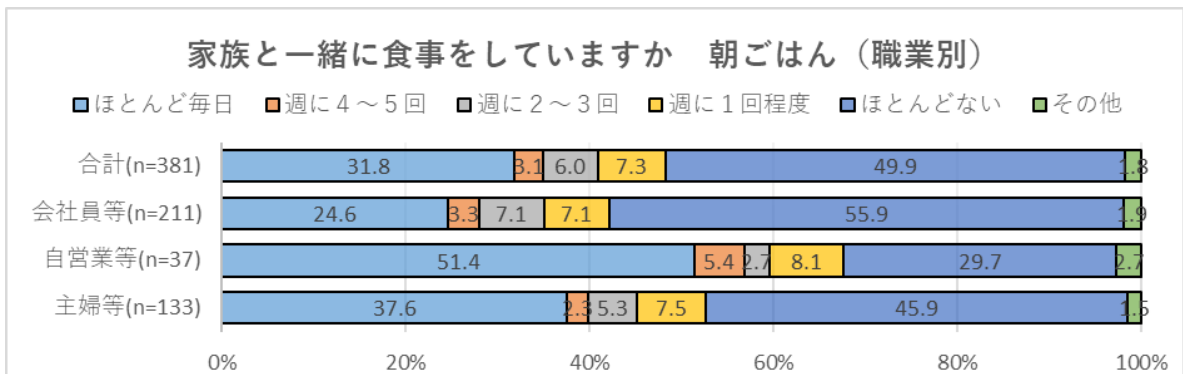
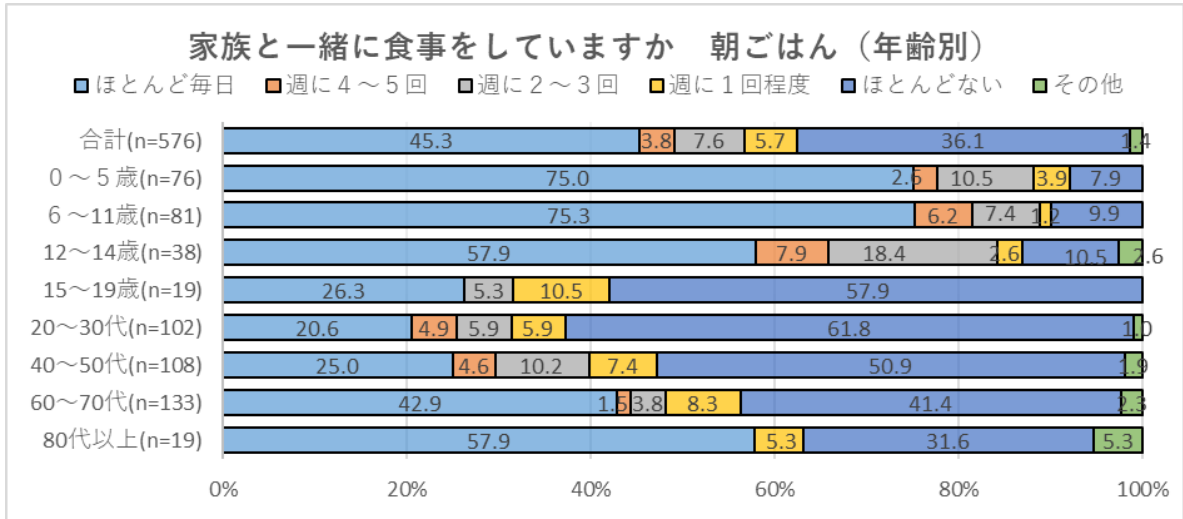
夕ごはん（総数）

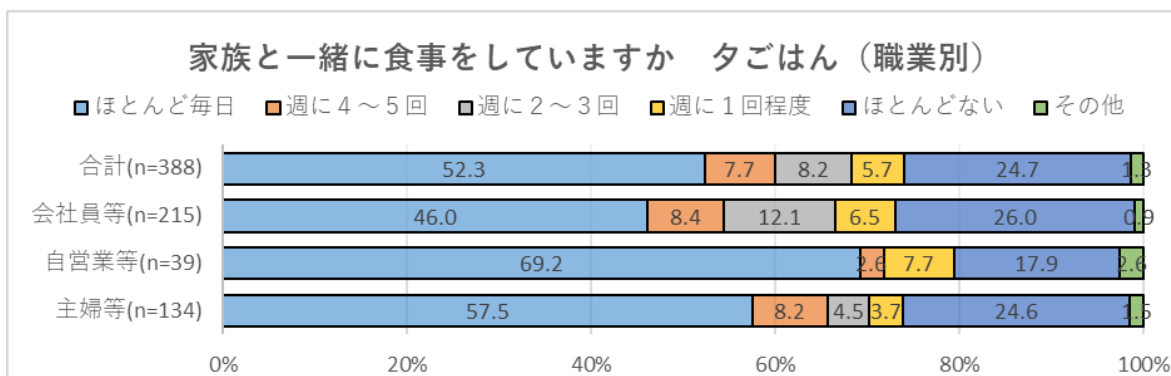


③ 家族と一緒に食事をする頻度

家族と一緒に食事をする事が「ほとんどない」と答えた市民は、朝ごはんでは15～50代の幅広い年代で50～60%と過半数を超えています。夕ごはんでも20～50代で22～29%となっています。

また職業別では、朝ごはん、夕ごはんともに会社員等の共食頻度が少なく、特に朝ごはんでは「ほとんどない」が55.9%と自営業等の約2倍近い値になっています。

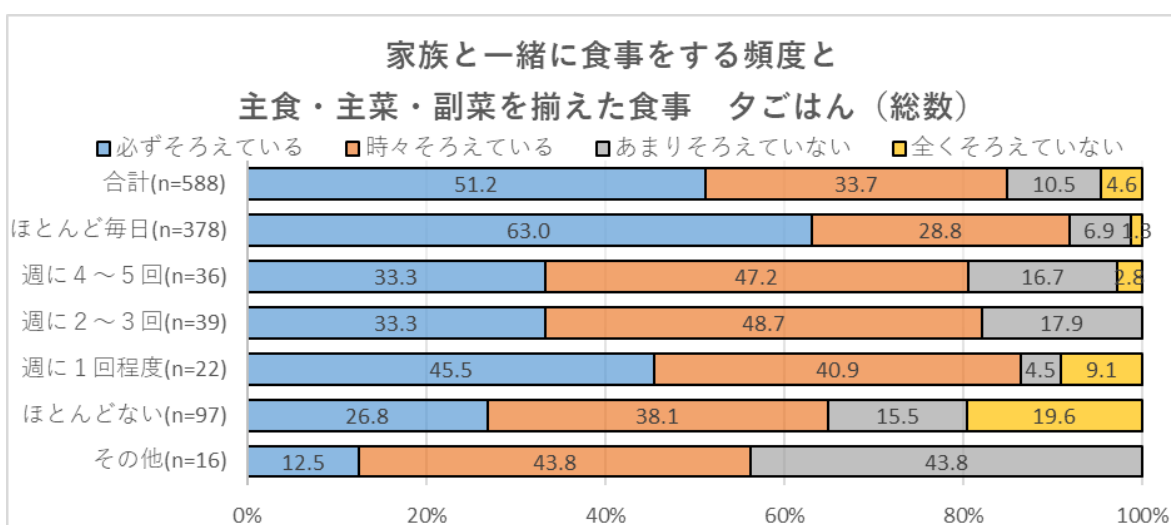
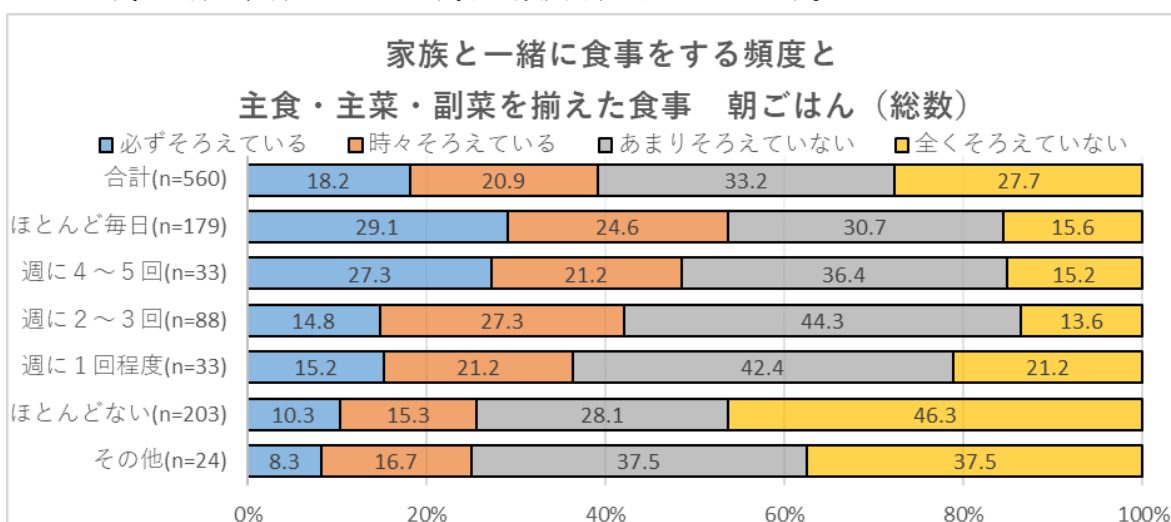




④ 家族と一緒に食事をする頻度と主食・主菜・副菜を揃えた食事

朝ごはんを家族と「ほとんど毎日」食べると回答した市民は、朝ごはんに主食・主菜・副菜を「必ずそろえる」「時々そろえる」を合わせると53.7%になります。家族と食事と一緒に「ほとんどしない」と回答した市民は、主食・主菜・副菜をそろえる割合が25.6%となり、家族と「ほとんど毎日」食事をしている市民の約半分の割合になります。

夕ごはんは、朝ごはんほど顕著ではありませんが、家族と一緒に食事をする頻度が低いと主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度も低くなっています。

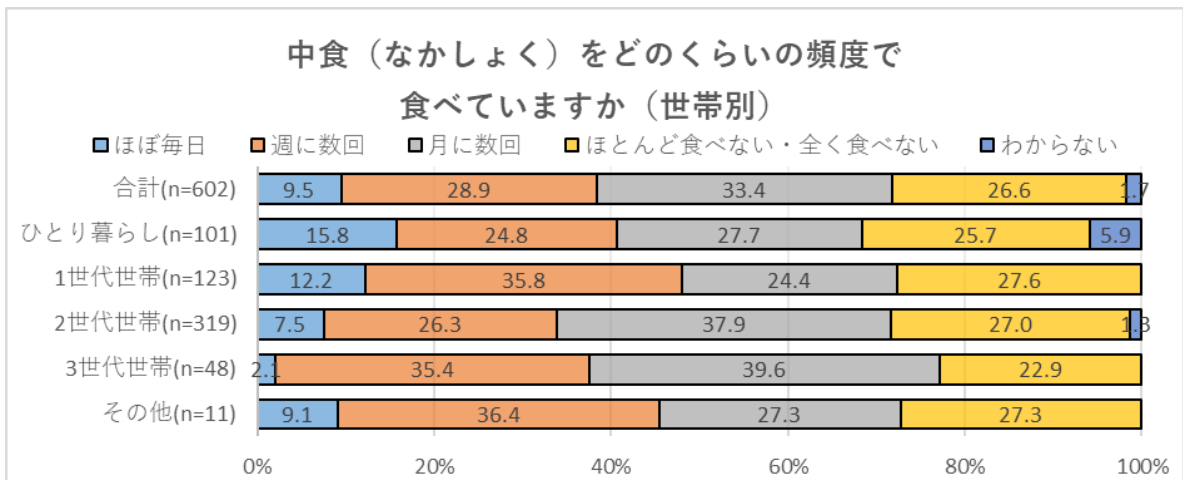
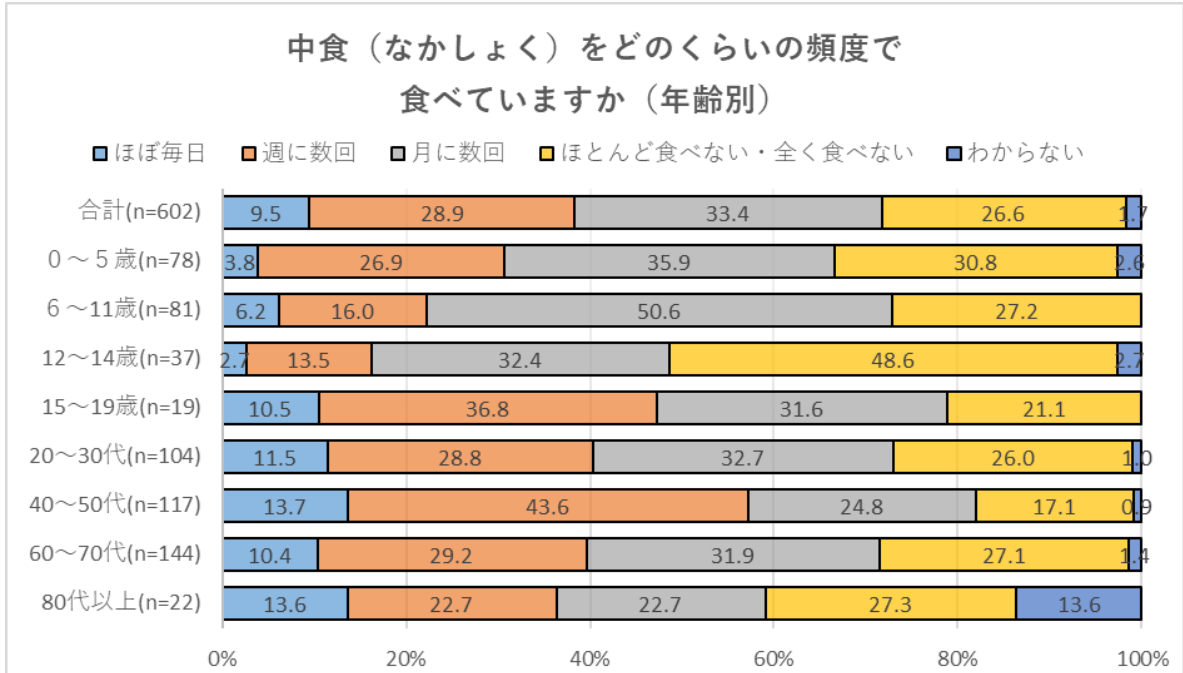


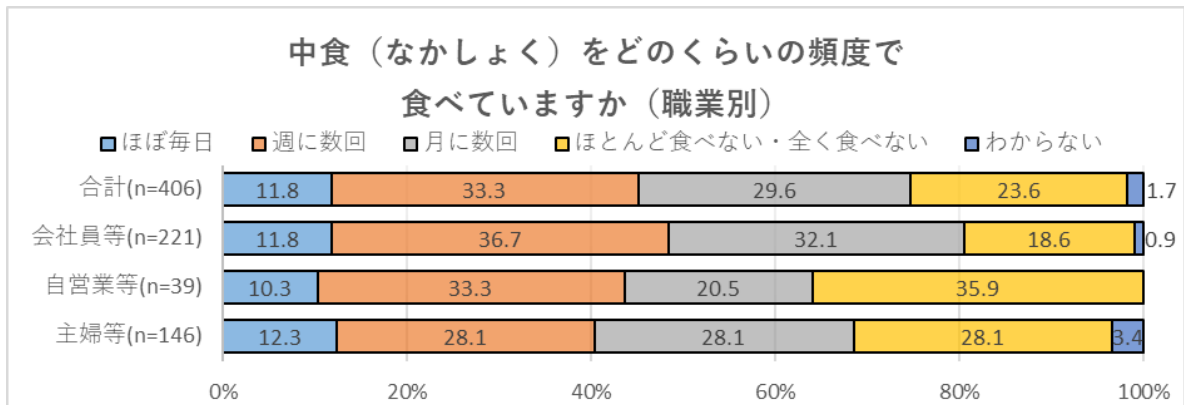
⑤ 中食の活用頻度

中食を活用する頻度は「ほぼ毎日」と「週に数回」を合わせると40～50代が57.3ポイントと最も高く、次いで15～19歳が47.3ポイントと高くなっています。

また世帯では1世代世帯が「ほぼ毎日」と「週に数回」を合わせると48.0%と高くなっていますが、「ほぼ毎日」はひとり暮らしが多く、世代が多くなる順に減少します。

職業別では自営業等が「ほとんど食べない・全く食べない」と回答した市民が多く、会社員等の約2倍となっています。

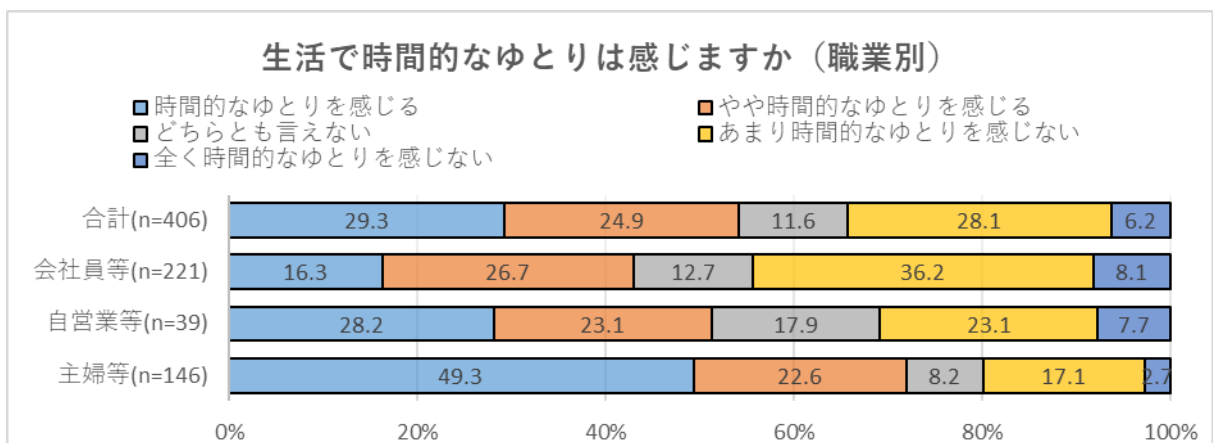
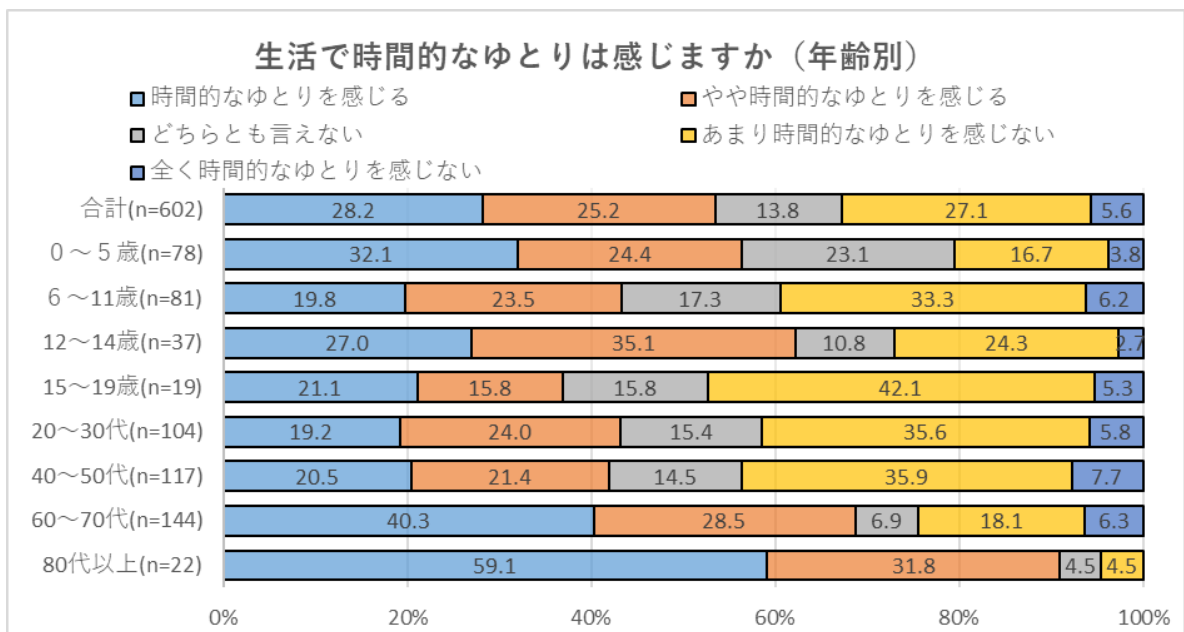




⑥ 生活の時間的なゆとり

生活の時間的なゆとりでは、「時間的なゆとりを感じる」「やや時間的なゆとりを感じる」を合わせると全体では53.4%です。20代以降は年齢が高くなると「時間的なゆとりを感じる」者の割合が高くなっています。

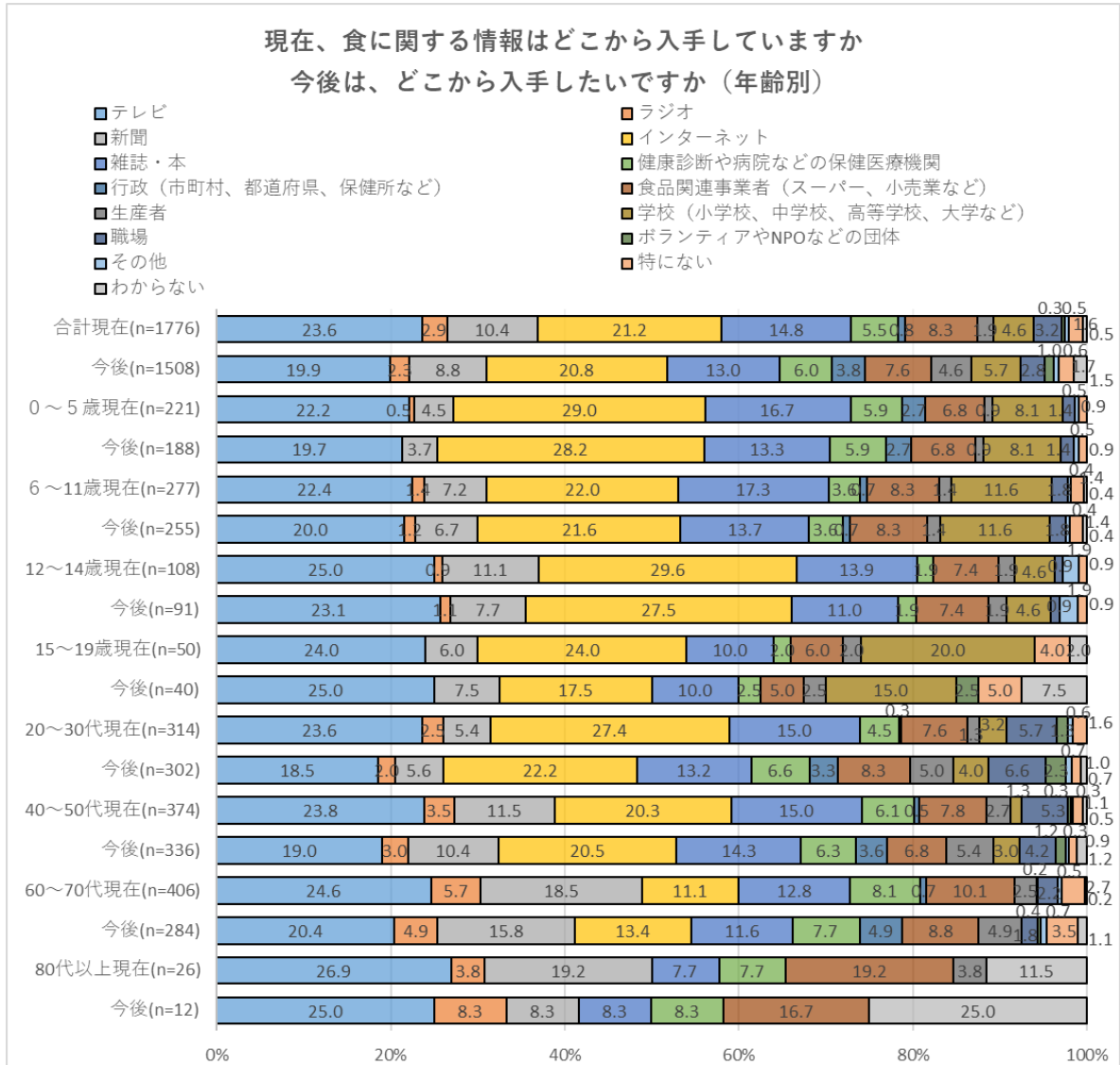
職業別では、会社員等が低く、特に「時間的なゆとりを感じる」市民の割合は16.3%と低くなっており、自営業等、主婦等の順に増加しています。



⑦ 食に関する情報の入手

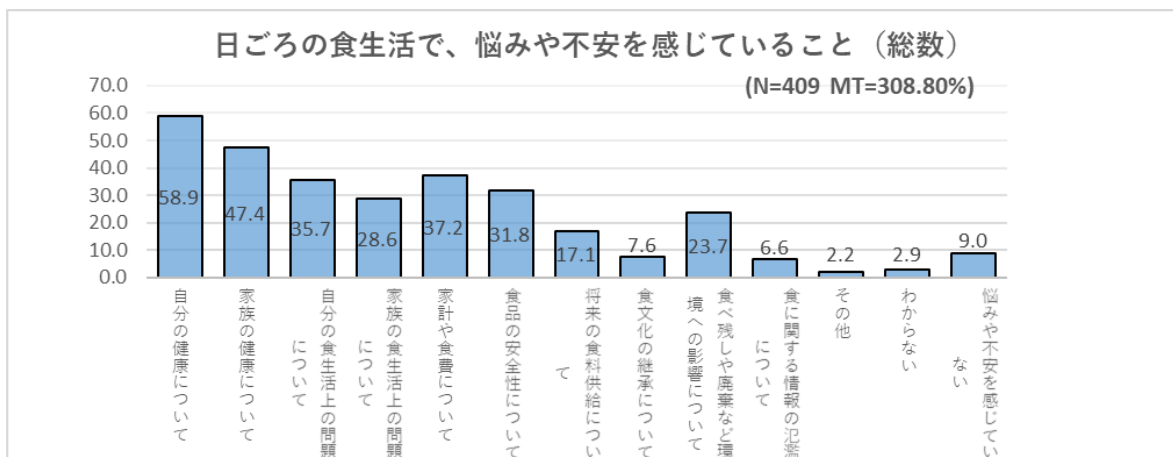
現在の食に関する情報の入手については、全体では「テレビ」が23.6%と高く、次いで「インターネット」が21.2%となっています。今後については、大まかな傾向は変わりませんが、「インターネット」が最も高くなっています。少数ではありますが、「行政」と回答した者が0.8%から3.8%に、「生産者」と回答した者が1.9%から4.6%に増加しています。

年齢別では、保護者が回答している14歳以下を除き、「テレビ」を回答した市民は全世代を通じて一定の率を維持していますが、「インターネット」は20～30代をピークに年齢が高くなるとともに減少しています。



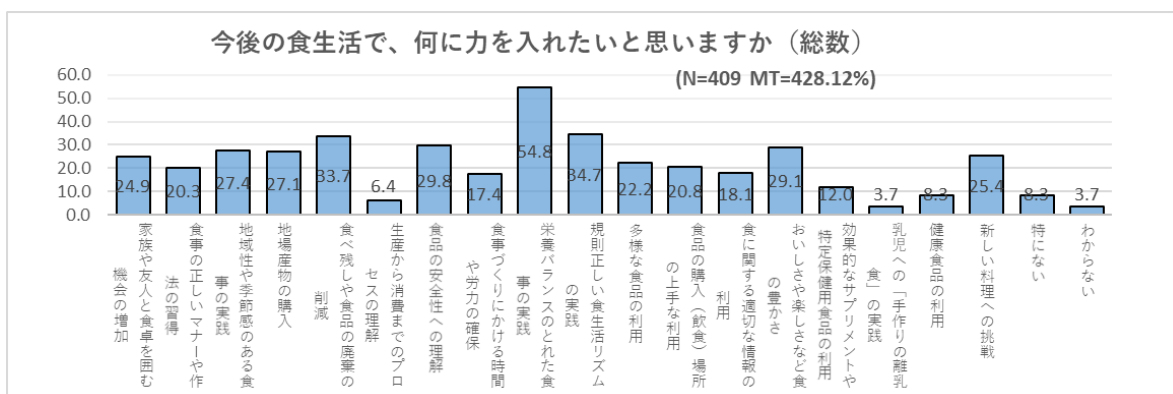
⑧ 日頃の食生活での悩みや不安

日頃の食生活での悩みや不安については、前年代を通じて「自分の健康について」が最も多く、次いで「家族の健康について」、「家計や食費について」が多くなっています。20～30代については、「家計や食費について」が他の世代より高くなっています。



⑨ 今後の食生活で、何に力を入れたいか

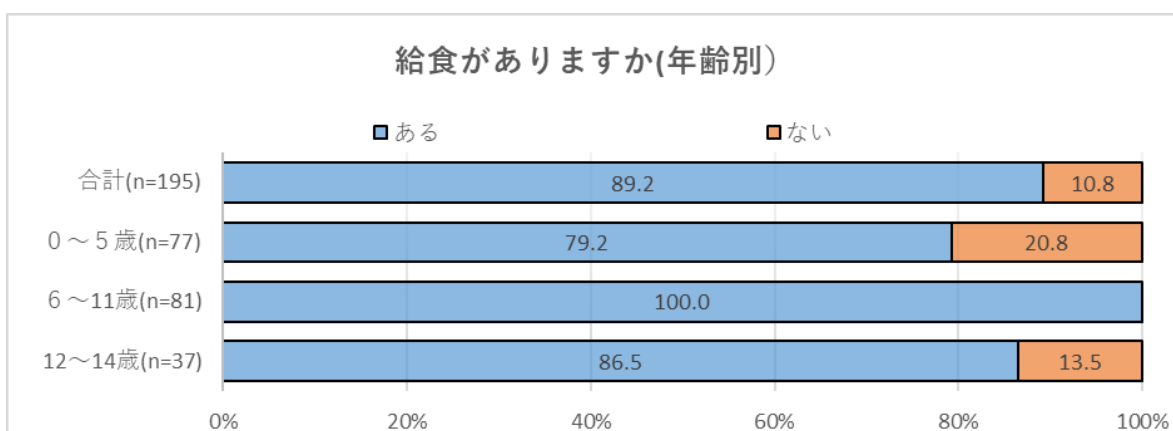
今後の食生活においては、「栄養バランスのとれた食事の実践」が全世代を通じて最も多く、次いで「規則正しい食生活リズムの実践」が多くなっています。



(4) 学校・保育所等における食育について

① 給食について

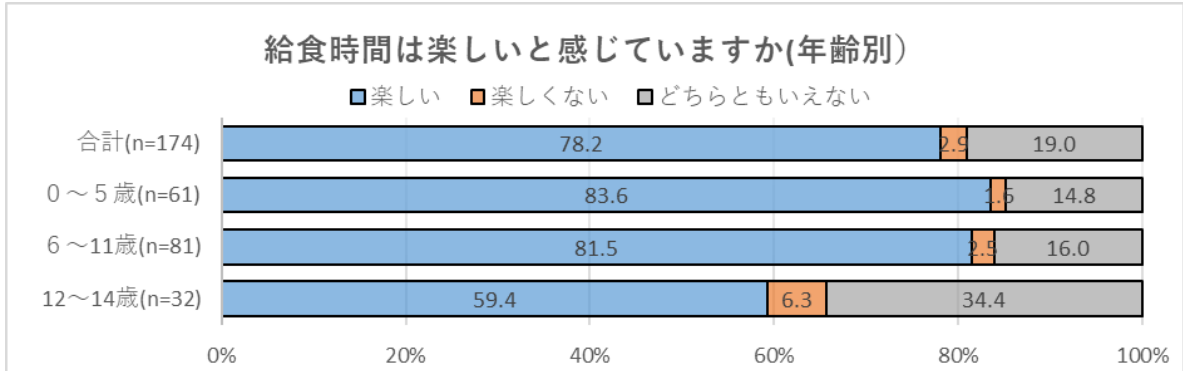
給食があるのは全体で89.2%であり、小学生（6～11歳）では全員給食があります。



② 給食時間は楽しいかとその理由

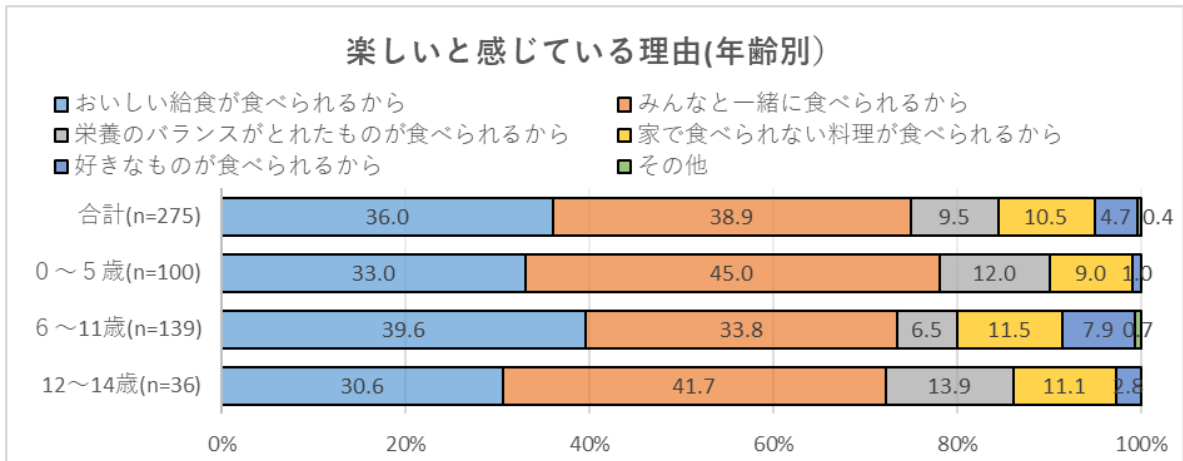
6～11歳（小学生）では81.5%が「楽しい」と回答しているが、12～14歳（中学生）では59.4%と低くなっています。

前回調査より小学生では6.3ポイント、中学生で9ポイント減少しています。



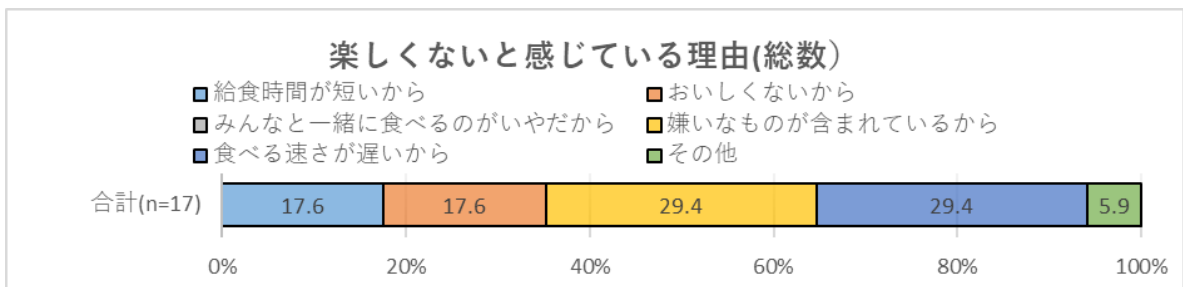
【給食時間が楽しい理由】

給食時間が「楽しい」理由は、「おいしい給食が食べられるから」と「みんなと一緒に食べられるから」との回答が多いですが、0～5歳、12～14歳で「みんなと一緒に食べられるから」が、6～11歳では「おいしい給食が食べられるから」がより多くなっています。



【給食時間が楽しくない理由】

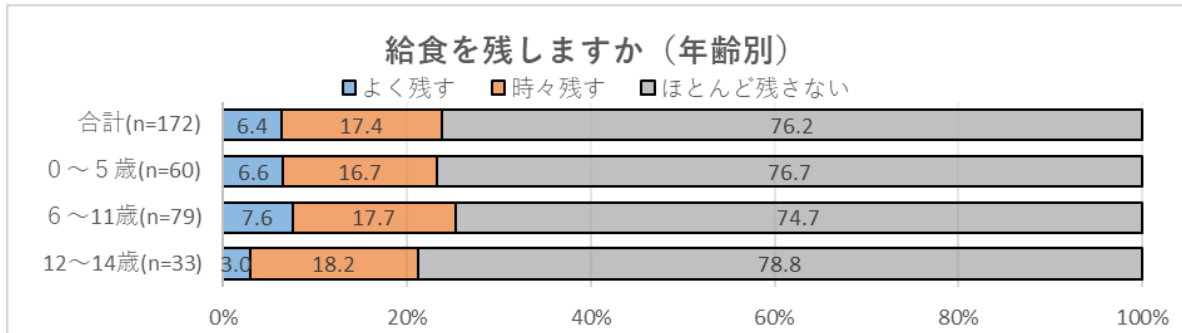
「給食が楽しくない」と回答した市民は少数でしたが、その理由として「嫌いなものが含まれているから」「食べる速さが遅いから」と挙げられています。



③ 給食を残すか

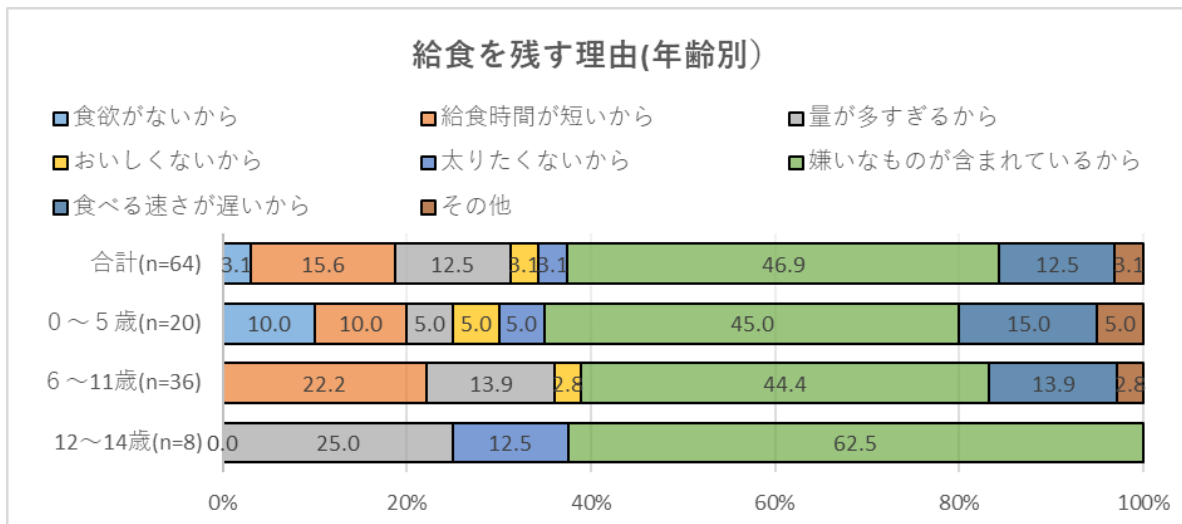
給食を残すかという問では、「よく残す」「時々残す」を合わせると全体で23.8%になっており、前回調査より1.6ポイント減少しています。

また、6～11歳では25.3%が「よく残す」「時々残す」と回答していますが、12～14歳では21.2%と少なくなっています。



【給食を残す理由】

給食を残す理由は、どの年齢層も「嫌いなものが含まれているから」が最も多くなっています。

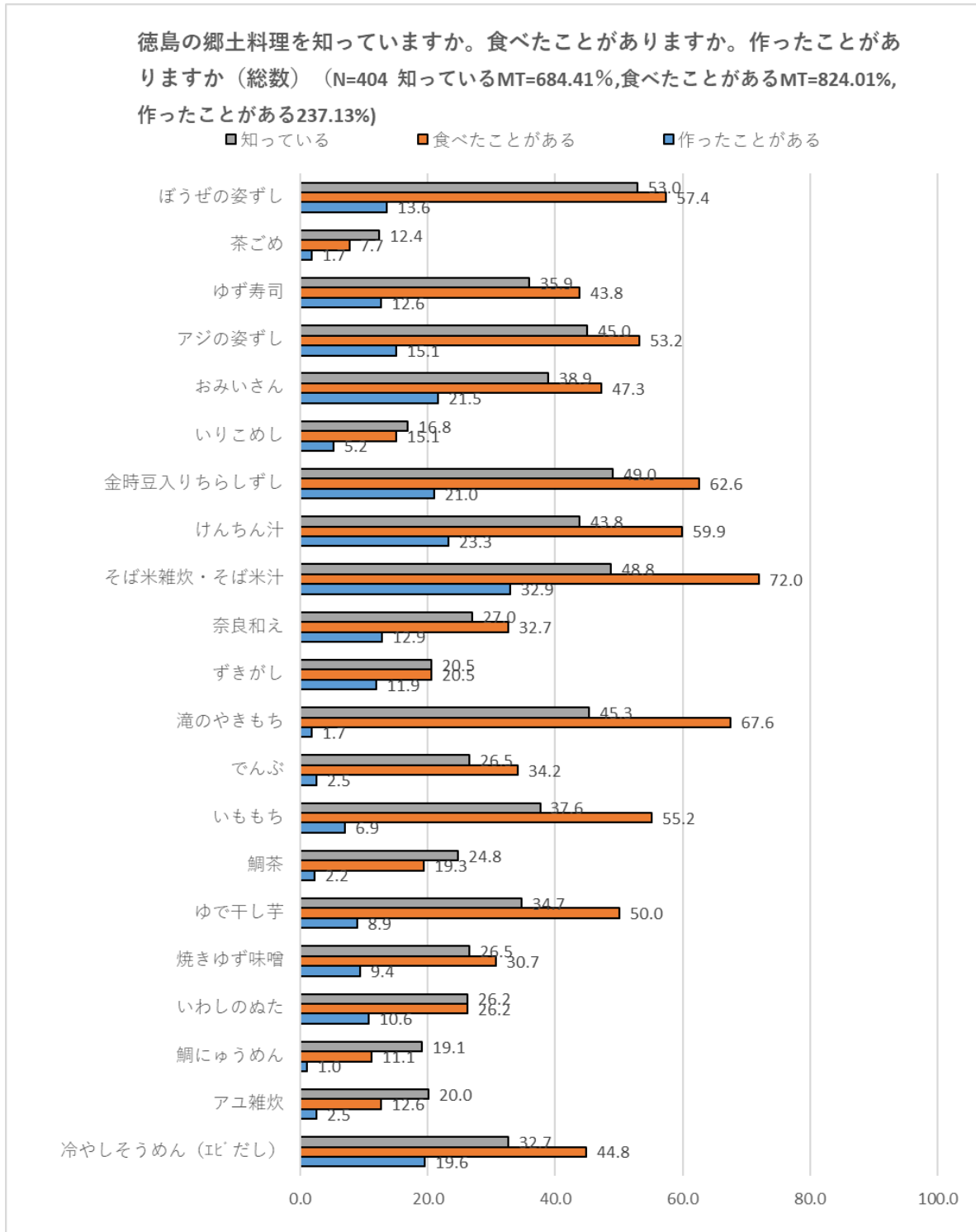


(5) 食文化について

① 徳島の郷土料理・伝統料理

徳島の郷土料理と知っているとは回答した料理は「ぼうぜの姿寿司」「金時豆入りちらしずし」「そば米雑炊・そば米汁」「滝のやき餅」でした。

食べたことがある・作ったことがある料理は「そば米雑炊・そば米汁」が最も多く、「金時豆入りちらしずし」などが続いています。

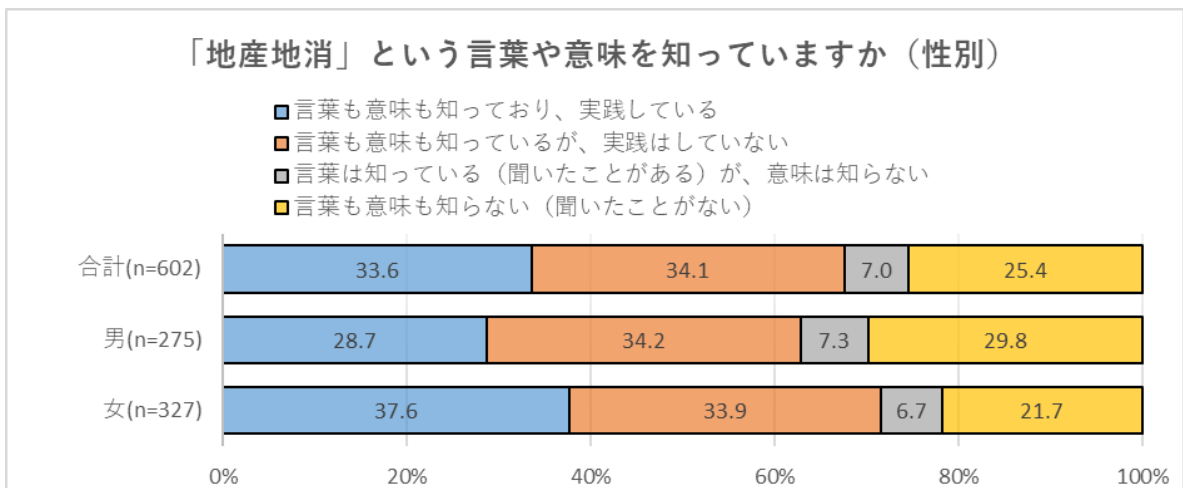
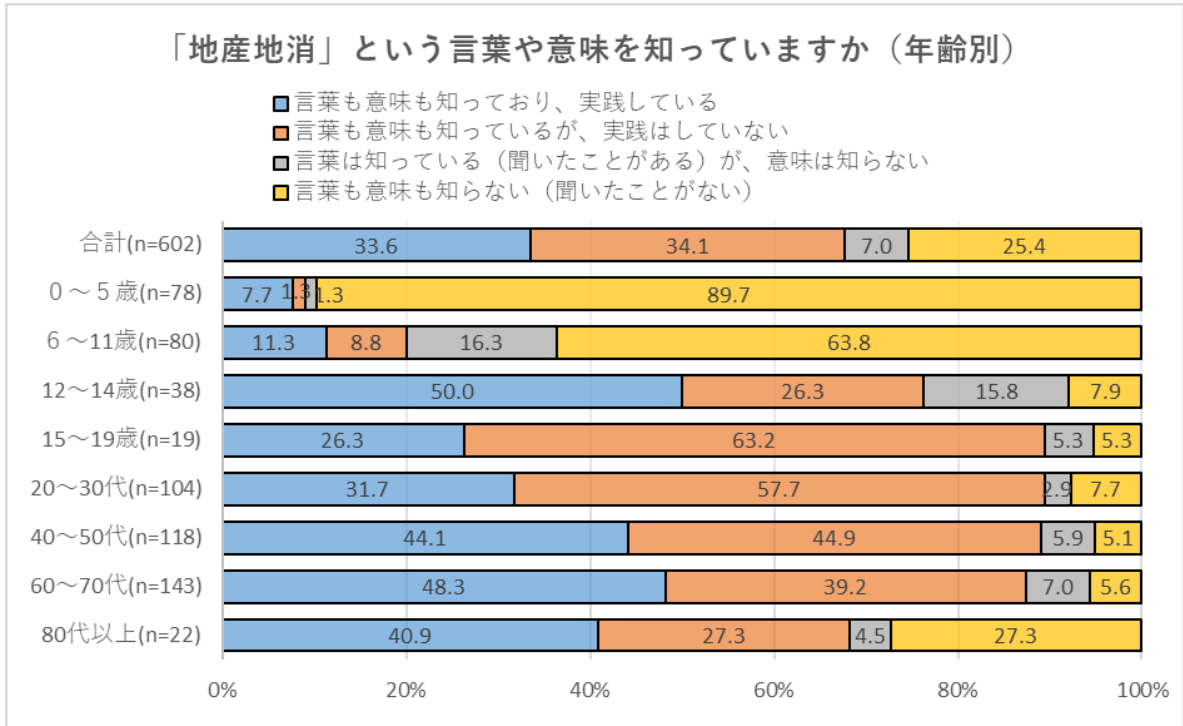


(6) 地産地消について

① 「地産地消」の認知度

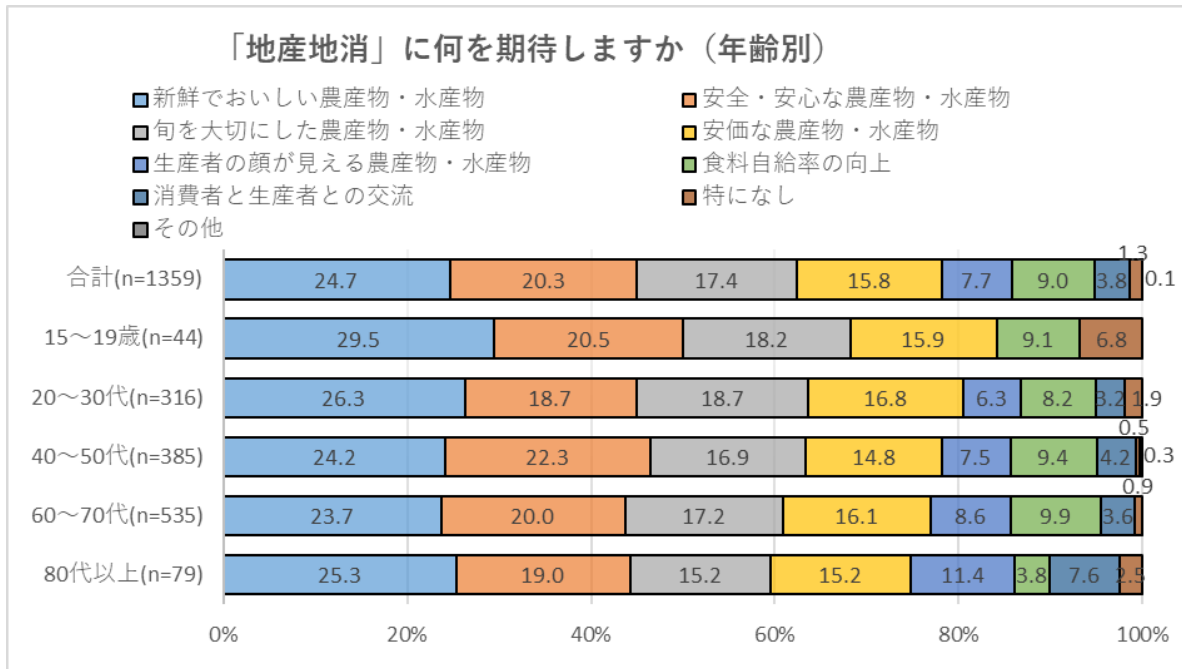
「地産地消」という言葉や意味の認知度は、全体で67.7%で、前回調査より5.5ポイント減少しています。

また、性別で「言葉も意味も知っており、実践している」と回答した市民は、男性より女性の方が多くなっています。



② 「地産地消」に期待すること

「地産地消」に期待することは、「新鮮でおいしい農産物・水産物」「安全・安心な農産物・水産物」「旬を大切にした農産物・水産物」と回答した割合が高くなっています。

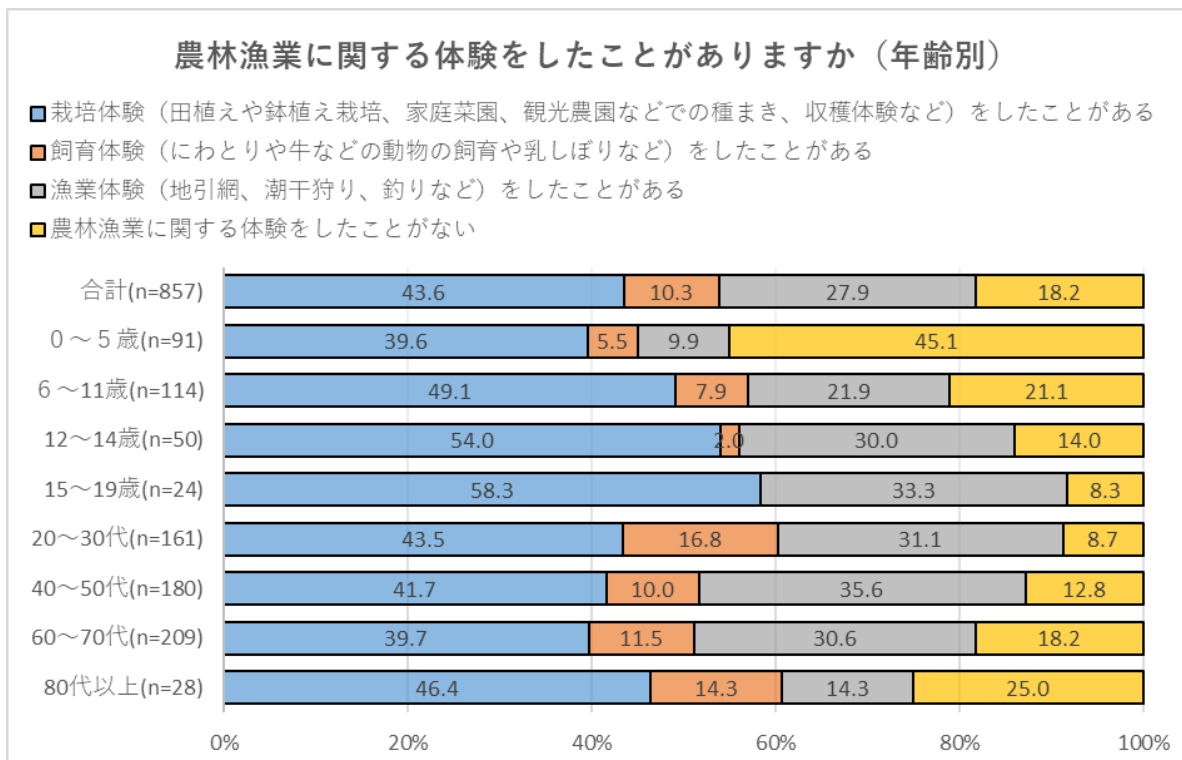


(7) 農業漁業体験について

① 農林漁業に関する体験

栽培、飼育、漁業に関する体験のうち、全ての年代を通じて最も多くの市民が体験しているのは「栽培体験」で、少ないのは「飼育体験」です。

「農林漁業に関する体験をしたことがない」市民は0～5歳、80代以上で多く、15～19歳が最も少なくなっています。

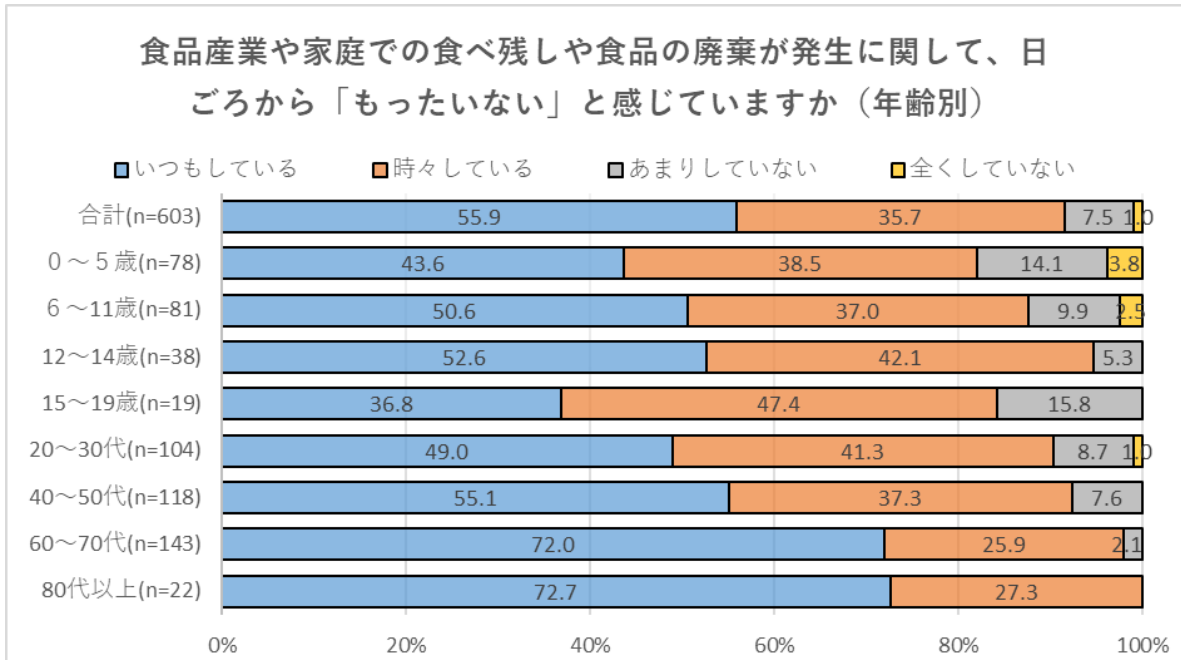


(8) 環境への配慮について

① 食べ残しや食品の廃棄

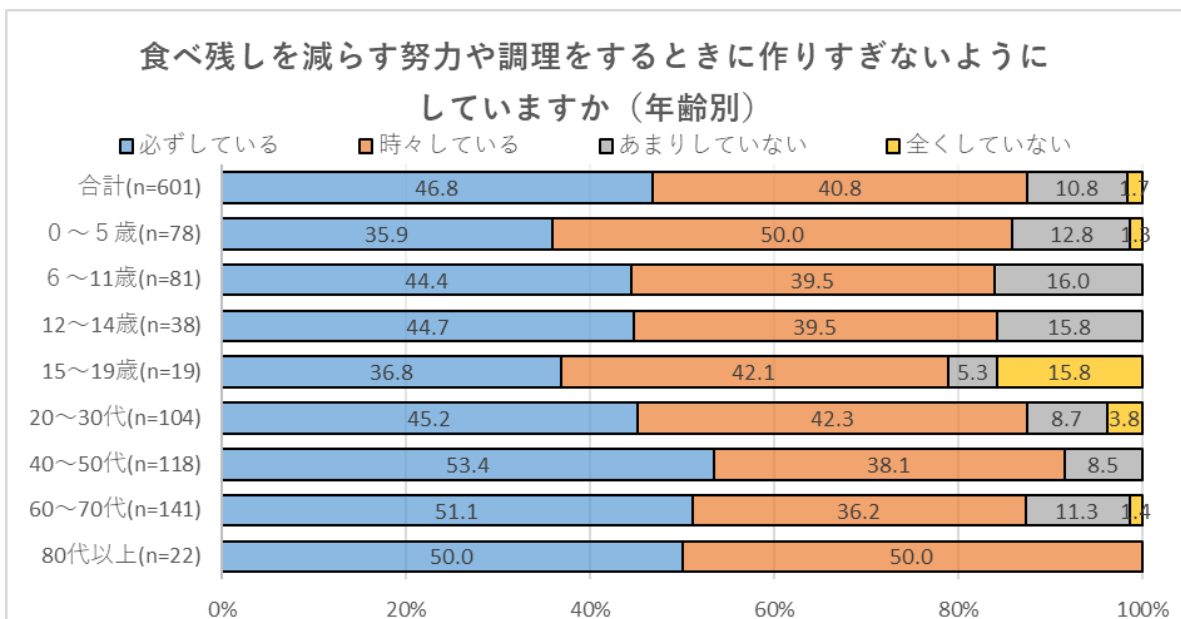
食品産業や家庭における食べ残しや食品の廃棄をもったいないと「いつも感じている」市民の割合は全体では55.9%で、半数を超えています。「時々感じている」と合わせると91.6%の市民が「もったいない」と感じており、前回調査より増加しています。

また、もったいないと「いつも感じている」割合は、15～19歳で一度下がりますが、20代以降は年齢が上がるに従って高くなっています。



② 食べ残しを減らす努力や調理をするときに作り過ぎない心がけ

食べ残しを減らす努力や作り過ぎないように心がけている市民の割合は、「必ずしている」は46.8%で前回調査より増加しています。「必ずしている」と「時々している」を合わせると80代以上は100%となっています。



③ 家庭ごみの量

ごみを出す量は、「増えている」「少し増えている」市民の割合は10.5%で前回調査とほぼ同数でした。一方「少し減っている」「減っている」市民の割合は41.1%で前回調査より2.4ポイント増加しています。

